

## PERAN MEDIASI KELEKATAN REMAJA DAN ORANG TUA PADA HUBUNGAN ROMANTIS ORANG TUA DAN KESULITAN REGULASI EMOSI REMAJA

Nydia Putri Nurcintame, P. Tommy Y. S. Suyasa<sup>\*</sup>), Fransisca I. R. Dewi

Program Studi Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara,  
Jl. Letjen S. Parman No.1, Jakarta Barat, 1140, Indonesia

<sup>\*</sup>)*E-mail:* [tommys@fpsi.untar.ac.id](mailto:tommys@fpsi.untar.ac.id)

### Abstrak

Perilaku agresif di kalangan remaja, yang disebabkan oleh kesulitan dalam mengendalikan emosi, menjadi masalah yang memerlukan perhatian serius. Penelitian kuantitatif non-eksperimental ini bertujuan untuk menganalisis apakah kelekatan remaja dan orang tua berperan sebagai mediator pada hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi remaja. Penelitian ini melibatkan 216 remaja berusia 12 hingga 21 tahun ( $M = 18,43$ ;  $SD = 2,80$ ), dengan sebagian besar peserta berjenis kelamin perempuan (78,24%), yang tinggal bersama kedua orang tua mereka setidaknya selama enam bulan terakhir. Partisipasi dilakukan melalui metode daring maupun luring. Hasil analisis menggunakan *Structural Equation Modeling* (SEM) menunjukkan bahwa model kelekatan remaja dan orang tua sebagai mediator pada hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi memiliki kecocokan yang baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa persepsi remaja terhadap hubungan romantis orang tua berperan dalam membentuk kelekatan remaja dan orang tua, yang kemudian memprediksi tingkat kesulitan regulasi emosi mereka. Hasil penelitian ini memiliki implikasi praktis sebagai acuan dalam merancang program pengasuhan yang memprioritaskan komunikasi terbuka melalui peningkatan kualitas hubungan suami istri dan penguatan kelekatan remaja dan orang tua, sehingga dapat membantu mencegah munculnya kesulitan regulasi emosi pada remaja.

Kata kunci: agresi pada remaja, hubungan romantis orang tua, kedekatan emosional, kelekatan remaja dan orang tua, regulasi emosi

### The Mediating Role of Parent–Adolescent Attachment in the Relationship Between Parents’ Romantic Relationship and Adolescents’ Emotion Regulation Difficulties

### Abstract

Aggressive behavior among adolescents, often stemming from difficulties in controlling emotions, is a problem that requires serious attention. This non-experimental quantitative study aims to analyze whether parent–adolescent attachment serves as a mediator in the relationship between parents’ romantic relationship and adolescents’ emotion regulation difficulties. The study involved 216 adolescents aged 12 to 21 years ( $M = 18.43$ ;  $SD = 2.80$ ), the majority of whom were female (78.24%) and had lived with both parents for at least the past six months. Data were collected through both online and offline methods. Analysis using Structural Equation Modeling (SEM) indicated that the model, in which parent–adolescent attachment mediates the relationship between parents’ romantic relationship and adolescents’ emotion regulation difficulties, showed a good fit. These findings suggest that adolescents’ perceptions of their parents’ romantic relationship play a role in shaping their attachment to their parents, which in turn predicts their level of difficulty in regulating emotions. The results offer practical implications for developing parenting programs that prioritize open communication by enhancing the quality of the marital relationship and strengthening parent–adolescent attachment, thereby helping to prevent emotion regulation difficulties among adolescents.

Keywords: adolescent aggression, parents’ romantic relationship, emotional closeness, parent–adolescent attachment, emotion regulation

### PENDAHULUAN

Perilaku agresif di kalangan remaja merupakan masalah yang memprihatinkan dan memerlukan perhatian serius serta langkah pencegahan.

Berdasarkan data Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak tahun 2023, tercatat sebanyak 5.061 kasus kekerasan yang melibatkan remaja, dengan 902 korban laki-laki dan 4.582 korban perempuan. Sebagian besar

Riwayat artikel:

Diterima 24 Maret 2025

Diterima dengan revisi 20 Juni 2025

Disetujui 21 Juni 2025

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.



pelaku kekerasan memiliki hubungan dekat dengan korban, seperti pacar atau teman, dengan jumlah mencapai sekitar 944 kasus (Tarigan, 2025). Salah satu aspek psikologis yang berkontribusi terhadap perilaku agresif remaja adalah kemampuan untuk mengatur dan mengendalikan emosi, yang dikenal sebagai kemampuan regulasi emosi (Gutiérrez-Cobo *et al.*, 2023; Kahar *et al.*, 2022).

Hubungan orang tua yang harmonis memegang peran penting dalam membentuk kemampuan regulasi emosi remaja. Berdasarkan teori sistem ekologi Bronfenbrenner (2000), keluarga merupakan mikrosistem terdekat yang sangat memengaruhi perkembangan anak, di mana kualitas kedekatan emosional orang tua sebagai pasangan romantis berdampak langsung pada suasana emosional di rumah. Kedekatan emosional orang tua sebagai pasangan romantis bersifat dua arah, di mana masing-masing individu saling mencari kenyamanan dan dukungan, yang dikenal sebagai hubungan romantis pada pasangan dewasa (Hazan & Shaver, 1987).

Menurut Hazan dan Shaver (1987), hubungan romantis orang tua yang aman ditandai dengan perasaan nyaman serta ketergantungan secara sehat antar pasangan. Sebaliknya, hubungan romantis yang tidak aman dikategorikan menjadi dua, yaitu tipe menghindar—yang ditandai dengan ketidaknyamanan saat berdekatan dan kesulitan menerima pasangan—and tipe cemas yang ditandai dengan kekhawatiran berlebih terhadap kasih sayang serta penerimaan dari pasangan.

Penelitian Maureen dan Febrieta (2024) menunjukkan bahwa hubungan romantis orang tua berkorelasi positif secara signifikan dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja. Namun, temuan lain menunjukkan bahwa pengaruh tersebut tidak selalu konsisten pada setiap dimensi regulasi emosi. Penelitian Pratiwi dan Paramita (2024) menemukan bahwa hubungan romantis orang tua hanya berpengaruh signifikan terhadap strategi menekan ekspresi emosi, namun tidak berpengaruh signifikan terhadap strategi penilaian ulang kognitif dalam kemampuan regulasi emosi pada remaja akhir yang orang tuanya bercerai.

Salah satu faktor yang mungkin menjelaskan perbedaan hasil tersebut adalah kualitas kelekatan antara remaja dan orang tua. Hubungan romantis orang tua yang baik belum tentu disertai dengan kelekatan yang kuat antara remaja dan orang tua. Menurut Bowlby (1982), kelekatan yang kuat antara anak dan orang tua

membentuk kemampuan regulasi emosi anak melalui harapan mereka terhadap perilaku orang tua, yang dikenal sebagai *internal working models*. *Internal working models* mulai berkembang pada tahun pertama kehidupan anak berdasarkan pengalaman sehari-hari bersama orang tua. Orang tua yang selalu hadir dan responsif terhadap kebutuhan emosional anak membantu anak menjadi lebih terbuka dan mudah mengekspresikan perasaannya secara langsung. Ketika menghadapi emosi negatif, anak cenderung menerapkan strategi regulasi emosi yang terbuka dan aktif, misalnya dengan langsung mencari dukungan dari orang tua, daripada menekan atau menyembunyikan emosi yang dirasakan. Efek serupa juga ditemukan pada remaja awal, di mana orang tua yang hangat dan berempati terhadap kebutuhan emosional anak mendorong remaja untuk menggunakan strategi penilaian ulang pikiran terhadap situasi negatif, alih-alih menekan emosi mereka (Boullion *et al.*, 2023).

Menurut *family system theory*, keluarga dipandang sebagai suatu sistem yang di dalamnya terdapat kohesivitas, komunikasi, dan kemampuan adaptasi yang saling terhubung dan saling memengaruhi satu sama lain (Sukkar *et al.*, 2017). Oleh karena itu, hubungan antara ayah dan ibu sebagai pasangan memengaruhi suasana emosional anak dan orang tua (Pu & Rodriguez, 2021). Yan *et al.* (2024) menjelaskan bahwa konflik atau ketidakpuasan dalam hubungan orang tua sebagai pasangan romantis dapat memengaruhi hubungan mereka dengan anak, begitu pula sebaliknya. Ketika hubungan orang tua bersifat negatif, perasaan dan emosi tersebut dapat "meluap" ke dalam interaksi antara orang tua dan anak. Konsep ini dikenal dengan istilah efek *spillover* dalam keluarga, yang menunjukkan bahwa ketegangan atau konflik dalam satu subsistem keluarga dapat memengaruhi fungsi atau kualitas hubungan pada subsistem lainnya. Dengan kata lain, dinamika hubungan romantis orang tua dapat tercermin dalam pola kelekatan antara remaja dan orang tua.

Penelitian Li *et al.* (2021) mendukung temuan ini dengan menunjukkan bahwa kelekatan antara remaja dan orang tua dipengaruhi oleh hubungan romantis orang tua sebagai pasangan. Selanjutnya, Sasmita *et al.* (2023) juga menunjukkan bahwa kelekatan antara remaja dan orang tua berperan penting dalam mendukung kemampuan regulasi emosi remaja. Kelekatan antara remaja dan orang tua, yang tercermin dari respons orang tua terhadap emosi anak, berperan penting dalam kemampuan regulasi emosi anak. Reaksi negatif dari orang

tua berkaitan dengan lebih banyak masalah perilaku dan emosional, seperti kecemasan, depresi, dan perilaku agresif (Synder *et al.*, 2025). Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa kelekatan antara remaja dan orang tua kemungkinan berperan sebagai mediator dalam hubungan antara hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi remaja.

Pan *et al.* (2022) menemukan bahwa kelekatan antara remaja dan orang tua berfungsi sebagai mediator dalam hubungan antara hubungan romantis orang tua dan regulasi emosi. Namun, penelitian tersebut hanya berfokus pada aspek keyakinan diri remaja terhadap kemampuan regulasi emosi (*emotion regulation self-efficacy*), tanpa mengeksplorasi aspek perilaku yang berkaitan dengan bagaimana remaja benar-benar menerapkan regulasi emosi dalam kehidupan sehari-hari. Padahal, aspek perilaku (*behavioral*) sama pentingnya dengan aspek keyakinan (*cognitive*), karena mencerminkan wujud nyata dari kemampuan remaja dalam mengendalikan emosi.

Untuk menjawab keterbatasan dalam penelitian Pan *et al.* (2022) yang hanya menitikberatkan pada aspek keyakinan dalam regulasi emosi, diperlukan studi lanjutan yang memperluas fokus ke dimensi perilaku. Penelitian ini menawarkan pendekatan yang menekankan pengamatan terhadap perilaku pengendalian emosi secara konkret dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan ini menjadi keunggulan penelitian karena menyoroti implementasi nyata dari kemampuan regulasi emosi, bukan sekadar keyakinan individu.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti merumuskan dua hipotesis penelitian. Hipotesis pertama menyatakan bahwa hubungan romantis orang tua memprediksi secara negatif kesulitan regulasi emosi pada remaja. Semakin aman hubungan romantis orang tua, semakin rendah kesulitan regulasi emosi pada remaja. Hipotesis kedua menyatakan bahwa kelekatan antara remaja dan orang tua berperan sebagai mediator dalam hubungan antara hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi remaja. Semakin tidak aman hubungan romantis orang tua, semakin rendah kualitas kelekatan antara remaja dan orang tua, yang pada akhirnya meningkatkan kesulitan regulasi emosi pada remaja.

## METODE

### Desain Penelitian, Lokasi, dan Waktu

Penelitian ini menerapkan desain kuantitatif non-eksperimental dengan pendekatan *cross-sectional*, sesuai dengan tujuan peneliti untuk mengamati dan mengukur hubungan antar beberapa variabel sebagaimana adanya, tanpa melakukan intervensi. Pengumpulan data dilakukan secara daring dan luring pada periode Oktober 2024 hingga November 2024. Pengumpulan data secara daring dilakukan dengan mendistribusikan kuesioner melalui Google Formulir. Kuesioner tersebut dibagikan melalui berbagai *platform* media sosial. Pengumpulan data secara luring dilakukan dengan menyebarluaskan kuesioner dalam bentuk cetak secara langsung kepada partisipan di sekolah. Perbedaan prosedur dalam pengumpulan data ditempuh untuk menyesuaikan dengan situasi dan kondisi sekolah partisipan, serta untuk memaksimalkan tingkat partisipasi dan kelengkapan data yang diperoleh. Meskipun terdapat perbedaan prosedur pengisian, peneliti memastikan bahwa seluruh partisipan menerima instruksi yang sama, menggunakan kuesioner yang identik, serta memperoleh penjelasan yang seragam mengenai tata cara pengisian, baik secara daring maupun luring.

### Teknik Pengambilan Sampel

Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *convenience sampling*, yaitu metode pemilihan sampel berdasarkan pada kemudahan akses terhadap partisipan sesuai pertimbangan peneliti. Partisipan terdiri atas 216 remaja berusia 12–21 tahun, baik laki-laki maupun perempuan, yang telah tinggal bersama orang tua mereka selama minimal enam bulan terakhir. Sebelum mengisi kuesioner, seluruh partisipan diminta untuk menandatangani lembar persetujuan partisipasi (*informed consent*). Untuk partisipan yang berusia di bawah usia 17 tahun, persetujuan tertulis diberikan oleh orang tua atau wali. Partisipan yang mengikuti seluruh rangkaian penelitian berhak menerima imbalan dan mendapatkan pendampingan psikologis apabila diperlukan.

### Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data diawali dengan penyusunan instrumen atau alat ukur penelitian. Seluruh instrumen berasal dari versi asli Bahasa Inggris, sehingga diperlukan proses penerjemahan ke dalam Bahasa Indonesia. Untuk memastikan ketepatan dan kesesuaian

hasil terjemahan, dilakukan proses validasi instrumen melalui teknik *back translation* dan penilaian oleh para ahli (*expert judgement*). Setelah melalui proses validasi, instrumen penelitian diuji coba pada sejumlah kecil partisipan untuk mengevaluasi kejelasan dan keterpahaman setiap butir pertanyaan. Tanggapan dari partisipan uji coba digunakan sebagai dasar untuk merevisi dan menyempurnakan kuesioner sebelum disebarluaskan kepada partisipan utama.

Setelah instrumen disempurnakan melalui tahap uji coba, penelitian ini dilaksanakan dengan terlebih dahulu memperoleh persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Terkait Manusia Unit Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara (KEPTM Unit F.Psi Untar), sebagaimana tercantum dalam surat persetujuan bernomor 159-TIM/KEPTM/3729/FPsi-UNTAR/XI/2024. Proses rekrutmen partisipan dilakukan dengan dua cara, yaitu daring melalui media sosial dan secara luring melalui kunjungan langsung ke sekolah. Untuk mencegah pengisian ganda, partisipan yang mengisi kuesioner daring diwajibkan untuk masuk (*log in*) menggunakan alamat *email* pribadi yang hanya dapat digunakan satu kali.

### Pengukuran dan Penilaian Variabel

**Kesulitan regulasi emosi** diukur menggunakan *Difficulties of Emotion Regulation Scale - Short Form* (DERS-SF: Kaufman *et al.*, 2015). Definisi operasional kesulitan regulasi emosi pada penelitian ini merujuk pada sejauh mana individu mengalami hambatan dalam mengelola emosi secara efektif. Instrumen ini mengukur kesulitan regulasi emosi berdasarkan enam dimensi, yaitu: *awareness*, *non-acceptance*, *goals*, *impulsivity*, *strategies*, dan *clarity*. Setiap dimensi terdiri dari tiga butir pernyataan, baik positif maupun negatif, yang merefleksikan hambatan atau kesulitan individu dalam mengelola emosi.

Dimensi *awareness* menggambarkan kesadaran dan pemahaman individu terhadap emosi yang dirasakannya. Contoh butir dari dimensi *awareness* adalah: "Saya menyadari apa yang saya rasakan." Dimensi *non-acceptance* menggambarkan kecenderungan individu untuk merespons emosi negatif dengan reaksi yang negatif atau penolakan terhadap tekanan. Contoh butir dari dimensi *non-acceptance* adalah: "Saya merasa bersalah ketika saya marah/kesal terhadap sesuatu." Dimensi *goals* menggambarkan hambatan yang dialami individu dalam menjaga fokus dan menyelesaikan tanggung jawab saat berada dalam kondisi emosional negatif. Contoh butir dari dimensi *goals* adalah: "Ketika saya kesal,

saya sulit fokus pada hal-hal lain." Dimensi *impulsivity* menggambarkan kesulitan individu dalam mengendalikan perilaku ketika merasa kesal. Contoh butir dari dimensi *impulsivity* adalah "Ketika saya kesal, saya hilang kendali atas perilaku saya." Dimensi *strategies* menggambarkan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengelola emosi secara efektif ketika merasa kesal. Contoh butir dari dimensi *strategies* adalah: "Ketika saya kesal, saya yakin tidak ada yang bisa saya lakukan untuk membuat diri saya merasa lebih baik." Dimensi *clarity* menggambarkan keraguan individu dalam memahami emosi yang sedang dialami. Contoh butir dimensi *clarity* adalah "Saya sulit memahami apa yang saya rasakan."

Setiap butir pertanyaan pada instrumen direspon menggunakan skala Likert dengan rentang nilai dari 1 (tidak setuju) hingga 5 (sangat tidak setuju). Dalam penelitian ini, analisis faktor eksploratori awal menunjukkan bahwa dimensi *awareness* tidak memberikan kontribusi yang berarti terhadap struktur faktor secara keseluruhan, sehingga dikeluarkan dari perhitungan skor total DERS-SF yang menyisakan total lima belas butir. Temuan ini konsisten dengan penelitian Danasasmita *et al.* (2024) di Indonesia, yang juga menghapus tiga butir pada dimensi *awareness* untuk meningkatkan nilai koefisien Cronbach's Alpha. Secara keseluruhan, DERS-SF menunjukkan nilai koefisien Cronbach's Alpha sebesar 0,884. Skor yang lebih tinggi mencerminkan tingkat kesulitan regulasi emosi yang lebih besar.

**Hubungan romantis orang tua** diukur menggunakan *Experiences in Close Relationship - Revised* (ECR-RS; Fraley *et al.*, 2011). Secara operasional, hubungan romantis orang tua didefinisikan sebagai tingkat kecemasan dan penghindaran dalam hubungan emosional antara ayah dan ibu. Dalam penelitian ini, hubungan romantis orang tua diukur berdasarkan persepsi remaja terhadap kedekatan emosional antara ayah dan ibu mereka, yakni sejauh mana remaja merasa kedekatan tersebut sebagai tidak aman. Instrumen ini mengukur hubungan romantis orang tua berdasarkan dua dimensi, yaitu *avoidance* dan *anxiety*. Dimensi *avoidance* terdiri atas enam butir pernyataan, sedangkan dimensi *anxiety* terdiri atas tiga butir.

Dimensi *avoidance* menggambarkan keengganan ayah atau ibu untuk memiliki kedekatan, keterbukaan, dan ketergantungan pada pasangannya. Contoh butir dimensi *avoidance* adalah: "Ayah dan ibu saya memilih untuk tidak menunjukkan perasaan yang

sebenarnya satu sama lain." Dimensi anxiety menggambarkan ketakutan ayah atau ibu terhadap penolakan dan pengabaian dari pasangannya. Contoh butir dimensi *anxiety* adalah: "Ayah saya tampak khawatir jika ibu tidak memberikan kabar." Setiap butir pada instrumen direspon menggunakan skala Likert dengan rentang nilai dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 7 (sangat setuju). Secara keseluruhan, ECR-RS menunjukkan reliabilitas yang baik dengan nilai koefisien Cronbach's Alpha sebesar 0,809. Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingginya persepsi remaja bahwa hubungan romantis orang tua mereka bersifat tidak aman.

**Kelekatan remaja dan orang tua** diukur menggunakan *Adolescent Attachment Questionnaire* (AAQ; West et al., 1998). Dalam penelitian ini, kelekatan remaja dan orang tua dioperasionalkan sebagai tingkat kenyamanan dan ketergantungan remaja dalam hubungannya dengan orang tua. Instrumen ini mengukur kelekatan remaja dan orang tua melalui tiga dimensi utama yang merepresentasikan kualitas interaksi dan kedekatan emosional antara keduanya, yaitu *angry distress*, *availability*, dan *goal-corrected partnership*. Setiap dimensi terdiri atas tiga butir pertanyaan, baik positif maupun negatif, yang mencerminkan persepsi remaja terhadap kualitas dan kedekatan hubungan emosional dengan orang tua mereka.

Dimensi *angry distress* menggambarkan kekhawatiran remaja bahwa orang tua mungkin sulit dijangkau atau tidak tanggap saat dibutuhkan, yang dapat memicu rasa permuksuhan. Contoh butir dimensi *angry distress* adalah: "Orang tua saya kurang memperhatikan saya." Dimensi *availability* menggambarkan tingkat keyakinan remaja bahwa orang tua mereka dapat dengan mudah dijangkau dan tanggap terhadap kebutuhan remaja. Contoh butir dimensi *availability* adalah: "Saya senang membantu orang tua saya kapan pun saya bisa." Dimensi *goal-corrected partnership* menggambarkan sejauh mana remaja mampu memahami dan menunjukkan empati terhadap kebutuhan dan perasaan orang tua. Contoh butir dimensi *goal-corrected partnership* adalah: "Orang tua saya mendengarkan apa yang saya sampaikan."

Setiap butir pada instrumen direspon menggunakan skala Likert dengan rentang nilai dari 1 (tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju). Secara keseluruhan, AAQ menunjukkan reliabilitas yang baik dengan nilai koefisien Cronbach's Alpha sebesar 0,811. Skor yang lebih tinggi menunjukkan kualitas dan kedekatan hubungan emosional yang lebih baik antara remaja dan orang tua.

## Analisis Data

Proses analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak JASP dalam tiga langkah. Langkah pertama adalah analisis deskriptif, yang mencakup perhitungan nilai minimum dan maksimum, rerata, serta standar deviasi untuk setiap variabel utama penelitian. Langkah kedua adalah melakukan analisis regresi untuk menguji hipotesis penelitian. Analisis regresi dilakukan dengan pendekatan *Structural Equation Modeling* (SEM), menggunakan teknik *bootstrap* sebanyak 1.000 sampel, interval kepercayaan (CI) 95%, dan estimator *Auto*. Langkah ketiga adalah analisis moderasi berdasarkan karakteristik partisipan, yakni jenis kelamin, usia, dan tingkat pendidikan.

Tabel 1 Distribusi partisipan berdasarkan karakteristik demografi (n = 216)

Table 1 Distribution of participants by demographic characteristics (n = 216)

Karakteristik Responden Respondent Characteristic	n	%
Jenis kelamin		
Gender		
Laki-laki <i>Male</i>	47	21,76
Perempuan <i>Female</i>	169	78,24
Total	216	100
Remaja awal <i>Early adolescent</i>		
12	4	1,85
13	8	3,70
14	27	12,5
Remaja tengah <i>Middle adolescent</i>		
15	8	3,7
16	5	2,3
17	19	8,79
Remaja akhir <i>Late adolescent</i>		
18	13	6,0
19	20	9,25
20	38	17,59
21	74	34,25
Total	216	100
Tingkat pendidikan <i>Education</i>		
SMP <i>Junior High School</i>	45	20,83
SMA <i>Senior High School</i>	52	24,07
Diploma <i>Associate Degree</i>	5	2,31
Sarjana <i>Bachelor Degree</i>	114	52,78
Total	216	100

Tabel 2 Nilai minimum dan maksimum, rerata, dan standar deviasi variabel kesulitan regulasi emosi, hubungan romantis orang tua, dan kelekatan remaja dan orang tua (n = 216)

Table 2 Minimum, maximum, mean, and standard deviation values of emotional dysregulation, parents' romantic relationship, and parent-adolescent attachment (n = 216)

Variabel Penelitian <i>Research Variable</i>	Min-Maks <i>Min–Max</i>	Rata-rata <i>Mean</i>	Standar deviasi <i>Standard deviation</i>
Kesulitan regulasi emosi <i>Emotion regulation difficulties</i>	15,000–75,000	46,227	11,697
Hubungan romantis orang tua <i>Parents' romantic relationship</i>	10,000–46,000	21,667	8,498
Kelekatan remaja dan orang tua <i>Parent-adolescent attachment</i>	20,000–56,000	43,671	8,253

## HASIL

### Gambaran Karakteristik Partisipan

Penelitian ini melibatkan 216 remaja dengan rentang usia antara 12 hingga 21 tahun. Mayoritas partisipan berusia 21 tahun, yaitu sebanyak 74 orang atau sekitar 34,25 persen dari total partisipan. Partisipan perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki, dengan jumlah 169 orang (78,24%). Berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas partisipan—sebanyak 114 orang (52,78%)—sedang menempuh pendidikan pada jenjang sarjana (Tabel 1).

### Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

Tabel 2 menyajikan hasil analisis deskriptif terhadap tiga variabel utama dalam penelitian ini, yaitu kesulitan regulasi emosi, hubungan romantis orang tua, serta kelekatan antara remaja dan orang tua. Data deskriptif disajikan dalam bentuk nilai minimum, maksimum, rerata, dan standar deviasi untuk masing-masing variabel.

**Kesulitan regulasi emosi** menunjukkan nilai rata-rata yang cukup tinggi ( $M = 46,227$ ) dari rentang maksimal 75,000 mengindikasikan bahwa secara umum partisipan penelitian mengalami tingkat kesulitan regulasi emosi yang cukup tinggi. Koefisien standar deviasi yang cukup besar ( $SD = 11,697$ ) juga menunjukkan adanya variasi yang tinggi di antara partisipan dalam hal kemampuan regulasi emosi.

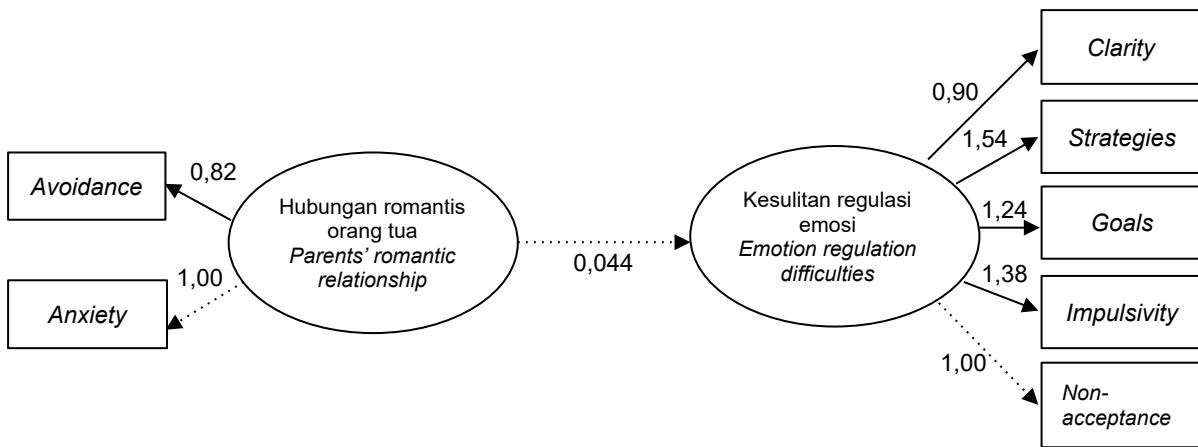
**Hubungan romantis orang tua** menunjukkan nilai rata-rata yang tergolong rendah hingga sedang ( $M = 21,667$ ), jika dibandingkan dengan

nilai maksimum sebesar 46,000. Hasil ini mengindikasikan bahwa hubungan romantis antara ayah dan ibu dalam sampel penelitian ini cenderung tidak terlalu kuat. Variasi skor juga cukup tinggi ( $SD = 8,498$ ) mengindikasikan adanya perbedaan yang cukup besar dalam persepsi partisipan terhadap hubungan romantis orang tua mereka.

**Kelekatan remaja dan orang tua** menunjukkan nilai rata-rata yang tinggi ( $M = 43,671$ ) dari nilai maksimum 56,000. Temuan ini menunjukkan bahwa dalam sampel penelitian ini, kelekatan antara remaja dan orang tua tergolong kuat, yang mengindikasikan bahwa remaja merasa cukup dekat secara emosional dengan orang tua mereka. Variasi skor juga cukup rendah ( $SD = 8,253$ ) yang menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki pengalaman kelekatan yang serupa.

### Analisis SEM Jalur Langsung Hubungan Romantis Orang Tua dan Kesulitan Regulasi Emosi

Analisis regresi jalur langsung dilakukan untuk menguji hubungan antara hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi. Hasil analisis menunjukkan bahwa model memiliki kecocokan yang memadai berdasarkan indeks *goodness-of-fit* sebagai berikut:  $[\chi^2(12) = 22,85; p > 0,001; CFI = 0,97; TLI = 0,95; RMSEA (90\% CI) = 0,07; SRMR = 0,04]$ . Dengan demikian, model dinyatakan fit dan data yang diperoleh sesuai dengan teori yang diajukan. Gambar 1 menyajikan hasil analisis SEM jalur langsung antara hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi.



Gambar 1 Analisis SEM jalur langsung hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi  
Figure 1 SEM analysis of the direct path between parents' romantic relationship and emotion regulation difficulties

Berdasarkan Tabel 3, diperoleh koefisien regresi sebesar 0,044 dengan nilai signifikansi  $p = 0,420$  ( $p > 0,001$ ), yang mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut tidak signifikan secara statistik. Hasil ini menjawab hipotesis pertama, yaitu bahwa hubungan romantis orang tua tidak memiliki peran langsung dalam memprediksi kesulitan regulasi emosi pada remaja. Temuan ini mengindikasikan kemungkinan adanya faktor lain yang berperan dalam menjelaskan hubungan antara kedua variabel tersebut.

#### Analisis SEM Jalur Mediasi Kelekatan Remaja dan Orang Tua

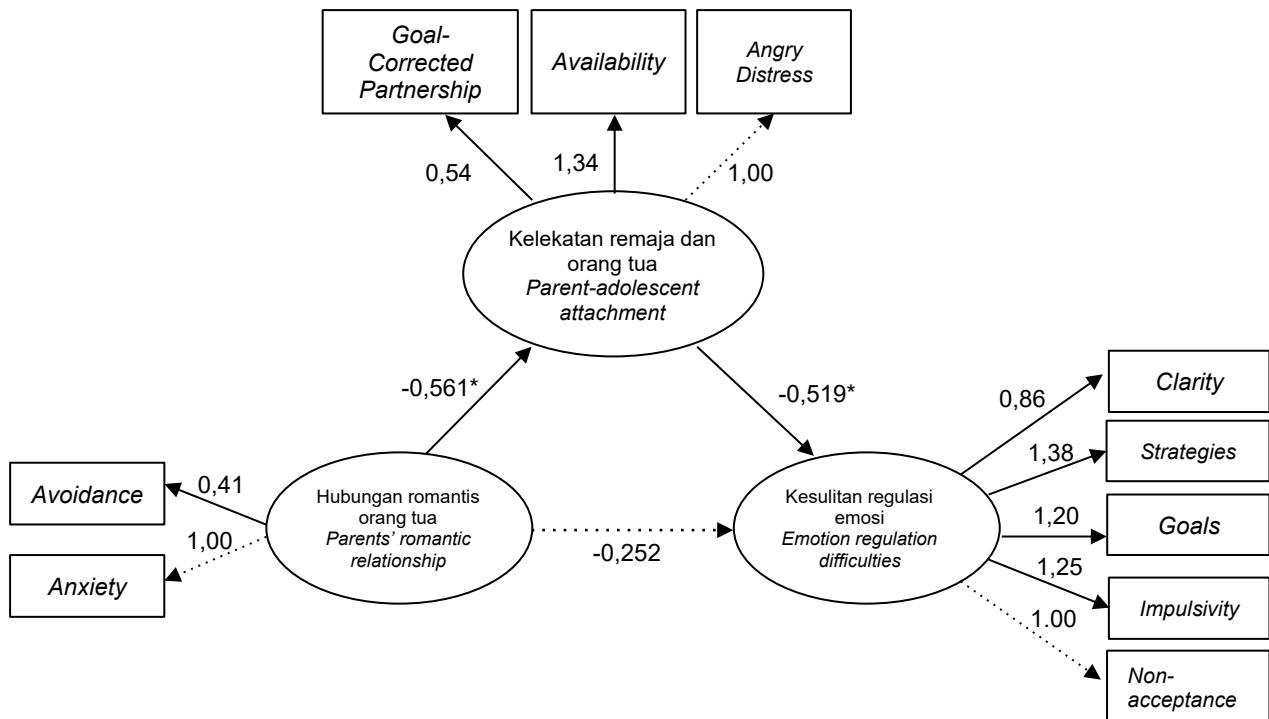
Analisis regresi jalur mediasi dilakukan untuk menguji apakah kelekatan antara remaja dan orang tua berperan memediasi hubungan

antara hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi. Hasil analisis menunjukkan bahwa model memiliki kecocokan yang memadai berdasarkan indeks *goodness-of-fit* sebagai berikut:  $[\chi^2(32) = 67,64; p < 0,001; CFI = 0,94; TLI = 0,91; RMSEA (90\% CI) = 0,07; SRMR = 0,05]$ . Dengan demikian, model dinyatakan *fit* dan data yang diperoleh sesuai dengan teori yang diajukan. Gambar 2 menyajikan hasil analisis SEM yang menggambarkan jalur mediasi kelekatan antara remaja dan orang tua dalam hubungan antara hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi.

Tabel 3 Hasil analisis SEM jalur langsung hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi

Table 3 Results of SEM analysis on the direct path between parents' romantic relationship and emotion regulation difficulties

Prediktor Predictor	Hasil Outcome	$\beta$	Std. Eror Std. Error	$z$	$p$	Batas Bawah – Batas Atas (95% Interval Kepercayaan) Lower – Upper (95% Confidence Interval)
Hubungan romantis orang tua <i>Parents' romantic relationship</i>	Kesulitan regulasi emosi <i>Emotion regulation difficulties</i>	0,044	0,055	0,807	0,420	-0,063 – 0,151



Gambar 2 Analisis SEM jalur mediasi kelekatan remaja dan orang tua  
 Figure 2 SEM analysis of the mediation path of parent-adolescent attachment

Berdasarkan Tabel 4, hasil analisis menunjukkan bahwa koefisien regresi antara hubungan romantis orang tua terhadap kelekatan antara remaja dan orang tua adalah sebesar -0,561 dengan nilai signifikansi  $p < 0,001$ . Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan negatif yang signifikan secara statistik antara kedua variabel tersebut, di mana peningkatan pada satu variabel cenderung disertai dengan penurunan pada variabel lainnya. Selanjutnya, hasil analisis hubungan antara kelekatan antara remaja dan orang tua dengan kesulitan regulasi emosi

menunjukkan nilai koefisien regresi sebesar -0,519 dengan nilai signifikansi  $p < 0,001$ . Temuan ini juga mengindikasikan adanya hubungan negatif signifikan, yang berarti semakin rendah kualitas hubungan romantis orang tua sebagaimana dipersepsikan oleh remaja, maka semakin rendah pula kualitas kelekatan antara remaja dan orang tua. Penurunan dalam kualitas kelekatan tersebut selanjutnya berhubungan dengan meningkatnya kesulitan regulasi emosi yang dialami remaja.

Tabel 4 Hasil analisis SEM jalur mediasi kelekatan remaja dan orang tua  
 Table 4 Results of SEM analysis on the mediation path of parent-adolescent attachment

Prediktor Predictor	Hasil Outcome	$\beta$	Std. Eror Std. Error	$z$	$p$	Batas Bawah – Batas Atas (95% Interval Kepercayaan) Lower – Upper (95% Confidence Interval)
Hubungan romantis orang tua <i>Parents' romantic relationship</i>	Kelekatan remaja dan orang tua <i>Parent-adolescent attachment</i>	-0,561	0,131	-4,277	<0,001	-0,993 – -0,259
Hubungan romantis orang tua <i>Parents' romantic relationship</i>	Kesulitan regulasi emosi <i>Emotion regulation difficulties</i>	-0,252	0,121	-2,077	0,038	-1,030 – 0,017
Kelekatan remaja dan orang tua <i>Parent-adolescent attachment</i>	Kesulitan regulasi emosi <i>Emotion regulation difficulties</i>	-0,519	0,152	-3,409	<0,001	-1,248 – -0,250

Hasil penelitian ini mendukung hipotesis kedua, yaitu bahwa kelekatan antara remaja dan orang tua berperan sebagai mediator dalam hubungan antara hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi. Dengan kata lain, peran hubungan romantis orang tua dalam membantu kemampuan regulasi emosi remaja berlangsung melalui mekanisme kelekatan yang terjalin antara remaja dan orang tua. Dinamika hubungan romantis orang tua menjadi fondasi penting dalam pembentukan kelekatan yang aman antara remaja dan orang tua. Kelekatan yang terbentuk dengan baik ini berperan signifikan dalam mendukung perkembangan emosional remaja, khususnya dalam kemampuan mereka dalam mengenali, memahami, mengelola emosi, mengendalikan impuls saat menghadapi emosi negatif, tetap fokus pada tujuan, dan menggunakan strategi pengaturan emosi yang adaptif.

#### Analisis Moderasi Berdasarkan Karakteristik Partisipan

Pada langkah terakhir, peneliti melakukan analisis moderasi berdasarkan karakteristik demografis partisipan. Analisis ini bertujuan

untuk mengidentifikasi perbedaan efek hubungan antar variabel utama di antara kelompok demografis yang berbeda. Kelompok demografis yang dianalisis meliputi: (a) laki-laki, (b) perempuan, (c) remaja awal (12–14 tahun), (d) remaja tengah (15–17 tahun), (e) remaja akhir (18–21 tahun), (f) jenjang pendidikan SMP dan SMA, serta (g) jenjang pendidikan diploma dan sarjana. Hasil analisis tersebut disajikan dalam Tabel 5.

#### Analisis Moderasi Berdasarkan Karakteristik Partisipan

Pada langkah terakhir, peneliti melakukan analisis moderasi berdasarkan karakteristik demografis partisipan. Analisis ini bertujuan untuk mengidentifikasi perbedaan efek hubungan antar variabel utama di antara kelompok demografis yang berbeda. Kelompok demografis yang dianalisis meliputi: (a) laki-laki, (b) perempuan, (c) remaja awal (12–14 tahun), (d) remaja tengah (15–17 tahun), (e) remaja akhir (18–21 tahun), (f) jenjang pendidikan SMP dan SMA, serta (g) jenjang pendidikan diploma dan sarjana. Hasil analisis tersebut disajikan dalam Tabel 5.

Tabel 5 Hasil analisis moderasi berdasarkan jenis kelamin, usia, dan tingkat pendidikan  
Table 5 Moderation analysis results by gender, age group, and educational level

Prediktor Predictor	Hasil Outcome	Laki-laki ( $\beta$ , p) Male ( $\beta$ , p)	Perempu an ( $\beta$ , p) Female ( $\beta$ , p)	Remaja awal ( $\beta$ , p) Early adolesc ent ( $\beta$ , p)	Remaja tengah ( $\beta$ , p) Middle adolesce nt ( $\beta$ , p)	Remaja akhir ( $\beta$ , p) Late adolesce nt ( $\beta$ , p)	SMP dan SMA ( $\beta$ , p) JHS and SHS ( $\beta$ , p)	Diploma dan Sarjana ( $\beta$ , p) Associate and Bachelor Degree ( $\beta$ , p)
		Kelekatan remaja dan orang tua <i>Parents'</i> <i>romantic</i> <i>relationship</i>	Hubungan romantis orang tua <i>Parents'</i> <i>romantic</i> <i>relationship</i>	Hubungan romantis orang tua <i>Parents'</i> <i>romantic</i> <i>relationship</i>	Kelekatan remaja dan orang tua <i>Parent-</i> <i>adolescent</i> <i>attachment</i>			
Hubungan romantis orang tua <i>Parents'</i> <i>romantic</i> <i>relationship</i>	Kelekatan remaja dan orang tua <i>Parents'</i> <i>romantic</i> <i>relationship</i>	-0,297, 0,087	-0,590**, < 0,001	-0,183, 0,277	-0,318*, 0,008	-0,652*, 0,003	-0,265, 0,061	-0,557**, < 0,001
Hubungan romantis orang tua <i>Parents'</i> <i>romantic</i> <i>relationship</i>	Kesulitan regulasi emosi <i>Emotion</i> <i>regulation</i> <i>difficulties</i>	-0,265, 0,495	-0,212, 0,072	-0,039, 0,752	-0,173, 0,266	-0,302, 0,059	0,051, 0,920	-0,290, 0,016
Kelekatan remaja dan orang tua <i>Parent-</i> <i>adolescent</i> <i>attachment</i>	Kesulitan regulasi emosi <i>Emotion</i> <i>regulation</i> <i>difficulties</i>	-1,013, 0,341	-0,444**, < 0,001	0,013, 0,967	-0,884, 0,052	-0,523*, 0,003	-0,214, 0,468	-0,525**, < 0,001

Keterangan: \*) signifikan pada  $p < 0,01$ ; \*\*) signifikan pada  $p < 0,001$ ; SMP=Sekolah Menengah Pertama, SMA=Sekolah Menengah Atas

Note. \*) significant at  $p < 0.01$ ; \*\*) significant at  $p < 0.001$ ; JHS=Junior High School, SHS=Senior High School

Berdasarkan jenis kelamin, efek moderasi terhadap peran mediasi kelekatan antara remaja dan orang tua hanya ditemukan pada kelompok remaja perempuan. Temuan ini diperkuat oleh hasil analisis yang menunjukkan bahwa hubungan romantis orang tua secara signifikan memprediksi kelekatan antara remaja dan orang tua, dengan koefisien regresi sebesar -0,590 dan nilai signifikansi  $p < 0,001$ . Selain itu, kelekatan antara remaja dan orang tua juga secara signifikan memprediksi kesulitan regulasi emosi, dengan koefisien regresi sebesar -0,444 dan nilai signifikansi  $p < 0,001$ . Sementara itu, efek mediasi ini tidak ditemukan pada kelompok remaja laki-laki.

Berdasarkan kelompok usia, baik remaja tengah maupun remaja akhir menunjukkan hasil analisis yang signifikan dalam hubungan antara hubungan romantis orang tua dan kelekatan antara remaja dan orang tua. Hasil ini ditunjukkan oleh koefisien regresi negatif signifikan pada kelompok remaja tengah dan remaja akhir, masing-masing sebesar -0,318 dan -0,652 dengan nilai signifikansi  $p < 0,01$ . Namun demikian, hubungan antara kelekatan antara remaja dan orang tua dengan kesulitan regulasi emosi hanya signifikan pada kelompok remaja akhir, dengan koefisien regresi sebesar -0,523 dan nilai signifikansi  $p < 0,01$ . Sementara itu, kelompok remaja awal tidak menunjukkan hasil analisis yang signifikan pada ketiga variabel utama. Dengan demikian, efek moderasi kelompok usia terhadap peran mediasi kelekatan antara remaja dan orang tua hanya ditemukan pada kelompok remaja akhir.

Berdasarkan tingkat pendidikan, efek moderasi terhadap peran mediasi kelekatan antara remaja dan orang tua hanya ditemukan pada kelompok remaja dengan jenjang pendidikan diploma dan sarjana. Hasil ini diperkuat oleh analisis yang menunjukkan bahwa hubungan romantis orang tua secara signifikan memprediksi kelekatan antara remaja dan orang tua, dengan koefisien regresi yakni -0,557 dan nilai signifikansi  $p < 0,001$ . Selain itu, kelekatan antara remaja dan orang tua juga secara signifikan memprediksi kesulitan regulasi emosi, dengan koefisien regresi sebesar -0,525 dan nilai signifikansi  $p < 0,001$ . Sebaliknya, efek mediasi ini tidak ditemukan pada kelompok remaja dengan jenjang pendidikan SMP dan SMA.

Merujuk hasil analisis regresi pada Tabel 5, hubungan romantis orang tua tidak secara signifikan memprediksi kesulitan regulasi emosi pada seluruh kelompok demografis. Dengan kata lain, tidak ditemukan efek moderasi dari

faktor demografis terhadap hubungan langsung antara hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi. Namun demikian, hasil analisis menunjukkan adanya efek moderasi yang berbeda dari faktor demografis terhadap peran mediasi kelekatan antara remaja dan orang tua, yang secara khusus muncul pada kelompok remaja perempuan, remaja akhir, serta remaja yang sedang menempuh pendidikan pada jenjang diploma dan sarjana.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelekatan antara remaja dan orang tua memediasi hubungan antara hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi pada remaja. Dengan kata lain, kemampuan regulasi emosi remaja terbentuk melalui mekanisme hubungan romantis orang tua yang tercermin dalam kelekatan antara remaja dan orang tua. Temuan ini mendukung teori sistem keluarga, yang menekankan bahwa keluarga merupakan sistem yang dinamis, di mana hubungan antar anggota keluarga saling memengaruhi satu sama lain (Bowen, 1978). Kualitas hubungan ayah dan ibu sebagai pasangan romantis memengaruhi pola pengasuhan dan interaksi mereka dengan anak, termasuk dalam pemberian dukungan emosional. Selain itu, temuan ini juga sejalan dengan teori pembelajaran sosial Bandura (1977), yang menjelaskan bahwa remaja belajar mengelola emosi melalui proses observasi dan peniruan terhadap perilaku orang tua dalam menjalin hubungan, menyelesaikan konflik, dan mengekspresikan kasih sayang. Dengan demikian, semakin positif dan aman hubungan romantis orang tua, semakin besar kemungkinan terbentuknya kelekatan yang sehat antara remaja dan orang tua, yang pada akhirnya mendukung berkembangnya kemampuan regulasi emosi yang adaptif pada remaja.

Sejalan dengan hasil penelitian ini, Li *et al.* (2023) menyatakan bahwa kelekatan antara remaja dan orang tua memediasi hubungan antara hubungan romantis orang tua dan kemampuan regulasi emosi pada remaja. Temuan tersebut menunjukkan bahwa rendahnya kualitas kelekatan antara remaja dan orang tua mencerminkan pola hubungan romantis orang tua yang tidak aman, yang ditandai dengan kecenderungan menghindar dan cemas. Ibu yang mengalami kecemasan dalam hubungannya dengan pasangan cenderung menunjukkan perilaku yang berlebihan saat berinteraksi dengan anak

remajanya. Kecemasan tersebut membentuk representasi internal yang membuat ibu kerap meragukan cinta dan penerimaan dari ayah, sehingga menjadi sangat emosional dan berusaha mempertahankan kedekatan dengan anak. Namun, karena remaja cenderung ingin mengurangi kontrol dari orang tua, upaya berlebihan dari ibu ini sering kali memicu konflik antara keduanya (Chen *et al.*, 2021). Dengan demikian, hubungan romantis orang tua berkontribusi pada terbentuknya pola kedekatan emosional antara orang tua dan anak remaja, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kemampuan remaja dalam mengelola dan mengendalikan emosi.

Temuan dalam penelitian ini juga konsisten dengan studi-studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa kelekatan antara remaja dan orang tua merupakan prediktor signifikan terhadap kemampuan regulasi emosi remaja (Chan *et al.*, 2022; Ferreira *et al.*, 2024; Ratliff *et al.*, 2023). Kelekatan yang aman antara remaja dan orang tua—yang ditandai dengan hubungan yang hangat, terbuka, penuh perhatian, dan responsif secara emosional—akan mendukung kemampuan remaja dalam mengelola emosi secara efektif (Ratliff *et al.*, 2023), sekaligus membangun rasa harga diri, mampu, dan percaya diri dalam menghadapi tantangan hidup (Hadari *et al.*, 2020). Sebaliknya, kelekatan yang tidak aman dapat menciptakan lingkungan keluarga yang tidak stabil, sehingga kebutuhan emosional remaja tidak terpenuhi. Ketika kebutuhan emosional remaja tidak terpenuhi, mereka cenderung mengalami rasa rendah diri, kesulitan dalam bersosialisasi, dan hambatan dalam mengelola emosi (Havighurst *et al.*, 2020).

Kelekatan antara remaja dan orang tua juga mencerminkan pola hubungan romantis orang tua. Hasil penelitian Li *et al.* (2021) menunjukkan bahwa ayah yang cenderung menjauh atau menghindari kedekatan dengan ibu dapat memicu ketidakpuasan dan ketegangan emosional pada pihak ibu. Ketegangan ini kemudian mendorong ibu untuk memperkuat hubungan dengan anak remajanya sebagai upaya mengisi kompensasi atas kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi dalam hubungan dengan pasangannya. Akibatnya, dinamika tersebut turut memengaruhi kualitas kelekatan antara orang tua dan remaja. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Yan *et al.* (2024) yang mendukung teori *spillover*, yakni bahwa interaksi antara pasangan dalam pernikahan tidak hanya memengaruhi hubungan mereka sebagai pasangan, tetapi juga berdampak pada

hubungan mereka dengan anak-anak, termasuk anak remaja.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jenis kelamin berperan sebagai moderator dalam hubungan antara hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi, melalui mekanisme kelekatan antara remaja dan orang tua. Efek moderasi ini hanya ditemukan pada remaja perempuan, sementara pada remaja laki-laki tidak menunjukkan hasil yang signifikan. Calderón-García *et al.* (2024) mengungkapkan bahwa perempuan cenderung lebih sensitif secara emosional dan lebih rentan mengalami stres ketika menghadapi hubungan interpersonal yang bermasalah. Selain itu, studi oleh Witzel *et al.* (2022) menunjukkan bahwa perempuan memiliki tingkat sensitivitas yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki dalam menghadapi tekanan emosional dan stres sehari-hari yang berkaitan dengan dinamika keluarga. Temuan-temuan ini menyimpulkan bahwa perempuan lebih rentan terhadap stres yang bersumber dari dinamika hubungan interpersonal.

Selain jenis kelamin, efek moderasi juga ditemukan pada kelompok usia remaja akhir, yaitu usia 18 hingga 21 tahun. Menurut Theurel dan Gentaz (2018), perbedaan usia selama masa remaja memengaruhi kemampuan regulasi emosi karena perkembangan korteks prefrontal yang berperan dalam fungsi pengendalian emosi. Pada masa remaja awal, keterampilan regulasi emosi masih sangat bergantung pada dukungan orang tua, karena kemampuan kontrol diri belum berkembang secara optimal. Sebaliknya, remaja akhir menunjukkan peningkatan kapasitas untuk mengelola emosi secara mandiri, seiring dengan perkembangan korteks prefrontal yang lebih matang. Remaja pada tahap ini tidak lagi sepenuhnya mengandalkan orang tua dalam mengelola emosi, melainkan mulai menginternalisasi hubungan emosional dengan orang tua secara lebih kompleks, sehingga pengaruh emosional dari orang tua tercermin melalui representasi internal yang telah terbentuk (Morris *et al.*, 2017). Oleh karena itu, kelekatan antara remaja dan orang tua menjadi aspek krusial yang menjembatani hubungan romantis orang tua dengan kesulitan regulasi emosi pada remaja. Dengan kata lain, kualitas hubungan yang terjalin antara remaja dan orang tua berperan sebagai mekanisme mediasi yang signifikan, khususnya pada kelompok remaja akhir.

Remaja yang menempuh pendidikan pada jenjang diploma dan sarjana juga menunjukkan

adanya efek moderasi dalam model penelitian ini, berbeda dengan remaja pada jenjang SMP dan SMA. Temuan ini selaras dengan studi yang dilakukan Zou dan Wu (2019), yang menunjukkan bahwa pada masa remaja tengah, peran kelekatan dengan teman sebaya lebih dominan dibandingkan dengan kelekatan antara remaja dan orang tua, terutama dalam pengembangan kemampuan sosial. Teman sebaya berperan penting sebagai figur pendukung yang mampu memberikan rasa aman secara emosional bagi remaja. Ketika remaja merasa aman dan diterima oleh teman sebaya, mereka cenderung memperoleh dukungan emosional yang berkontribusi pada perkembangan emosi mereka (Annisa *et al.*, 2024). Selain itu, remaja SMP dan SMA umumnya terlibat dalam berbagai aktivitas kelompok, seperti tugas kelompok dan ekstrakurikuler, yang mendorong mereka untuk menjalin hubungan pertemanan dengan lebih erat. Keterlibatan tersebut meningkatkan kemungkinan terbentuknya kelekatan yang kuat dengan teman sebaya, sekaligus mendukung pengembangan kemampuan regulasi emosi secara lebih optimal di lingkungan sekolah (Hasanah & Latifah, 2021). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pada masa remaja pertengahan—yakni usia yang umumnya dijalani oleh siswa SMP dan SMA—peran mediasi kelekatan antara remaja dan orang tua dalam hubungan antara hubungan romantis orang tua dan regulasi emosi mulai melemah.

Meskipun studi ini memberikan temuan yang bermanfaat, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, karakteristik partisipan memiliki rentang usia dan latar belakang pendidikan yang cukup luas, sehingga terdapat kemungkinan perbedaan dalam cara berpikir dan tingkat pemahaman antar partisipan yang berpotensi memengaruhi konsistensi dalam menjawab kuesioner. Kedua, pengumpulan data hanya melibatkan satu pihak, yaitu remaja, untuk menggambarkan hubungan romantis orang tua berdasarkan persepsi mereka. Meskipun persepsi remaja penting sebagai bagian dari pengalaman subjektif, informasi tersebut berisiko mengandung bias perceptual. Ketiga, model penulisan butir skala pada instrumen penelitian menggunakan format pernyataan “setuju/tidak setuju”, yang lebih merefleksikan sikap atau opini partisipan daripada secara langsung mengevaluasi kesesuaian butir dengan pengalaman nyata mereka. Hal ini dapat memengaruhi akurasi data dalam merepresentasikan kondisi emosional remaja yang sebenarnya.

## SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menghasilkan dua kesimpulan utama. Pertama, hubungan romantis orang tua tidak secara langsung memprediksi kesulitan regulasi emosi pada remaja. Kedua, kelekatan antara remaja dan orang tua berperan sebagai mediator dalam hubungan antara hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi. Hal ini menunjukkan bahwa peran hubungan romantis orang tua terhadap kemampuan regulasi emosi remaja terjadi melalui dinamika kelekatan antara remaja dan orang tua. Kesimpulan ini menegaskan pentingnya mengelola dinamika hubungan yang sehat antara ayah dan ibu, disertai dengan komunikasi terbuka dengan anak, yang secara signifikan berperan penting dalam mendukung kemampuan regulasi emosi remaja. Sesuai dengan teori sistem keluarga, kohesivitas, komunikasi, dan adaptasi dalam keluarga saling memengaruhi, sehingga hubungan orang tua yang harmonis dan pola komunikasi yang efektif berkontribusi dalam membangun kelekatan yang aman dengan anak, serta mendukung pengendalian emosi remaja secara lebih adaptif.

Hasil penelitian ini memberikan arah dan masukan yang dapat dijadikan acuan bagi penelitian selanjutnya. Beberapa saran untuk penelitian mendatang antara lain (a) mempertimbangkan karakteristik partisipan yang lebih spesifik, seperti remaja dari keluarga bercerai atau keluarga dengan tingkat konflik yang tinggi, guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam dan representatif; (b) melibatkan orang tua dalam proses pengambilan data untuk memperoleh gambaran yang lebih objektif dan komprehensif terkait dinamika kelekatan dalam keluarga; serta (c) menggunakan desain longitudinal, dengan pengukuran hubungan romantis orang tua pada tahap pertama (T1), kelekatan remaja dan orang tua pada tahap kedua (T2), dan kesulitan regulasi emosi pada tahap ketiga (T3). Pendekatan ini memungkinkan identifikasi arah hubungan kausal secara lebih akurat, sekaligus memungkinkan pengamatan terhadap perubahan atau perkembangan individu dalam rentang waktu tertentu. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi berbagai pihak. Bagi remaja, penting untuk membangun komunikasi yang terbuka dan aktif dengan kedua orang tua sebagai fondasi dalam memperkuat kelekatan emosional. Bagi orang tua, diharapkan dapat menciptakan hubungan romantis yang aman dan harmonis sebagai pasangan, yang pada gilirannya berdampak pada terciptanya

kedekatan emosional yang sehat dengan anak. Selain itu, orang tua juga diharapkan lebih responsif terhadap kebutuhan emosional anak serta mampu memberikan contoh dalam pengelolaan emosi secara adaptif di lingkungan keluarga. Bagi tenaga profesional di bidang kesehatan mental, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam merancang program intervensi psikologis berbasis edukasi keluarga dan layanan, yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi remaja serta memperkuat keharmonisan hubungan antar anggota keluarga.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada seluruh responden yang telah bersedia mengikuti seluruh rangkaian proses pengumpulan data dalam penelitian ini. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya juga peneliti ucapkan kepada para orang tua dan wali yang memberikan izin partisipasi, serta kepada para guru dan seluruh pihak yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam kelancaran pelaksanaan penelitian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

Annisa, M., Nur, H., & Ansar, W. (2024). Pengaruh peer attachment terhadap regulasi emosi pada remaja. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(3), 1851–1859. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i3.6571>

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice-Hall.

Bouillion, A., Linde-Krieger, L. B., Doan, S. N., & Yates, T. M. (2023). Parental warmth, adolescent emotion regulation, and adolescents' mental health during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1216502>

Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. J. Aronson.

Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664–678. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x>

Bronfenbrenner, U. (2000). *Ecological systems theory*. Cambridge Press.

Calderón-García, A., Álvarez-Gallardo, E., Belinchón-deMiguel, P., & Clemente-Suárez, V. J. (2024). Gender differences in autonomic and psychological stress responses among educators: A heart rate variability and psychological assessment study. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1422709>

Chan, K. M. Y., Hong, R. Y., Ong, X. L., & Cheung, H. S. (2022). Emotion dysregulation and symptoms of anxiety and depression in early adolescence: Bidirectional longitudinal associations and the antecedent role of parent-child attachment. *British Journal of Developmental Psychology*, 41(3), 291–305. <https://doi.org/10.1111/bjdp.12445>

Chen, X., Gong, H., Zhang, Z., & Wang, W. (2021). Factor influencing adolescent anxiety: The roles of mothers, teachers, and peers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24). <https://doi.org/10.3390/ijerph182413234>

Danasasmita, F. S., Pandia, V., Fitriana, E., Afriandi, I., Purba, F. D., Ichsan, A., Pradana, K., Santoso, A. H. S., Mardhiyah, F. S., & Engellia, R. (2024). Validity and reliability of the Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form in Indonesian non-clinical population. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1380354>

Ferreira, T., Matias, M., Carvalho, H., & Matos, P. M. (2024). Parent-partner and parent-child attachment: Links to children's emotion regulation. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 91. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2023.101617>

Fraley, R. C., Heffernan, M. E., & Vicary, A. M. (2011). The experiences in close relationships structures questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological Assessment*, 23(3), 615–625. <https://doi.org/10.1037/a0022898>

Gutiérrez-Cobo, M. J., Megías-Robles, A., Gómez-Leal, R., Cabello, R., & Fernández-Berrocal, P. (2023). Emotion regulation strategies and aggression in youngsters: The

mediating role of negative affect. *Heliyon*, 9(3). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14048>

Hadori, R., Hastuti, D., & Puspitawati, H. (2020). Self-esteem remaja pada keluarga utuh dan tunggal: Kaitannya dengan komunikasi dan kelekatan orang tua-remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 13(1), 49–60. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.1.49>

Hasanah, R. A., & Latifah, M. (2021). Investigasi *online resilience* remaja: Eksplanasi peranan karakteristik remaja, karakteristik keluarga, kelekatan remaja-orang tua, regulasi emosi, dan hubungan persahabatan. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 14(3), 2502–3594. <https://doi.org/10.24156/jikk.2021.14.3.270>

Havighurst, S. S., Radovini, A., Hao, B., & Kehoe, C. E. (2020). Emotion-focused parenting interventions for prevention and treatment of child and adolescent mental health problems: A review of recent literature. *Current Opinion in Psychiatry*, 33(6), 586–601. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000647>

Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>

Kahar, M. K. S. J., Situmorang, N. Z., & Urbayatun, S. (2022). Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku agresif pada siswa SMA di Yogyakarta. *Psyche 165 Journal*, 15(1), 7–12. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i1.143>

Kaufman, E. A., Xia, M., Fosco, G., Yaptangco, M., Skidmore, C. R., & Cowell, S. E. (2015). The Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form (DERS-SF): Validation and replication in adolescent and adult samples. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38, 443–455. <https://doi.org/10.1007/s10862-015-9529-3>

Li, M., Chen, X., Gong, H., Ji, W., Wang, W., Liang, S., & Kong, A. (2021). The predictive effect of parental adult attachment on parent-adolescent attachment: The mediating role of harsh parenting. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.710167>

Li, M., Chen, X., Gong, H., Zhang, H., Chen, Y., & Zhang, C. (2023). Maternal adult attachment and mother-adolescent attachment: The chain mediating role of marital satisfaction and harsh parenting. *Frontiers in Psychiatry*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1170137>

Maureen, C. L., & Febrieta, D. (2024). Peran kelekatan orang tua untuk meningkatkan regulasi emosi pada remaja akhir. *Schema Journal of Psychological Research*, 9(1), 37–45. <https://doi.org/10.29313/schema.v9i01.4136>

Morris, A. S., Criss, M. M., Silk, J. S., & Houlberg, B. J. (2017). The impact of parenting on emotion regulation during childhood and adolescence. *Child Developmental Perspectives*, 11(4), 233–238. <https://doi.org/10.1111/cdep.12238>

Pan, Y., Zhang, Q., Liu, G., Li, B., & Liu, C. (2022). Parents' attachment styles and adolescents' regulatory emotional self-efficacy: The mediating role of adolescents' attachment to parents in China. *Applied Research in Quality of Life*, 17, 2637–2656. <https://doi.org/10.1007/s11482-021-09991-x>

Pratiwi, D. A., & Paramita, P. P. (2024). Peran kelekatan orang tua terhadap regulasi emosi remaja akhir yang memiliki orang tua bercerai. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 2(3), 31–40. <https://doi.org/10.3287/liberosis.v2i3.2763>

Pu, D. F., & Rodriguez, C. M. (2021). Bidirectional spillover in the family across the transition to parenthood. *Family Process*, 60(1), 235–250. <https://doi.org/10.1111/famp.12549>

Ratliff, E. L., Morris, A. S., Cui, L., Jespersen, J. E., Sik, J. S., & Criss, M. M. (2023). Supportive parent adolescent relationships as a foundation for adolescent emotion regulation and adjustment. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1193449>

Sasmitha, S. A., Khumas, A., & Siswanti, D. N. (2023). Hubungan kelekatan orangtua dengan perilaku agresi remaja di kota Makassar. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Humaniora*, 2(3), 445–451. <https://ulilalbabinstitute.id/index.php/PESHUM/article/view/1506/1332>

Sukkar, H., Dunst, C. J., & Kirkby, J. (2017). Family systems and family-centred practices in early childhood intervention. In H. Sukkar, C. J. Dunst, & J. Kirkby (Eds.), *Early childhood intervention: Working with families of young children with special needs* (pp. 3–14). Routledge/Taylor & Francis Group.

Synder, A. L., Taylor, L. B., & Cingel, D. P. (2025). The family context and the use of media for emotion regulation during early childhood: Testing the tripartite model of children's emotion regulation and adjustment. *Journal of Child and Family Studies*, 34, 328–339. <https://doi.org/10.1007/s10826-024-03005-8>

Tarigan, R. (2025, January 1). *Stop kekerasan pada remaja!*. Anak Indonesia Sehat. Retrieved June 19, 2025 from <https://anakindonesiasehat.com/stop-kekerasan-pada-remaja/>

Theurel, A., & Gentaz, E. (2018). The regulation of emotions in adolescents: Age differences and emotion-specific patterns. *PLOS ONE*, 13(6). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0195501>

West, M., Rose, M. S., Spreng, S., Sheldon-Keller, A., & Adam, K. (1998). Adolescent attachment questionnaire: Assessment of attachment in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 27(5), 661–673. <https://doi.org/10.1023/A:1022891225542>

Witzel, D. D., Chandler, K. D., & Stawski, R. S. (2022). Affective reactions to daily interpersonal stressors: Moderation by family involvement and gender. *Journal of Social and Personal Relationship*, 40(3). <https://doi.org/10.1177/02654075221125431>

Yan, N., Dai, X., Ding, X., & Bi, S. (2024). Spillover between daily marital interactions and parenting practices: Sensory processing sensitivity as moderators. *Social Psychological and Personality Science*. <https://doi.org/10.1177/1948550624123409>

Zou, S., & Wu, X. (2019). Coparenting conflict behavior, parent–adolescent attachment, and social competence with peers: An investigation of developmental differences. *Journal of Youth and Adolescence*, 49, 267–282. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01131-x>