P ISSN : 2503 - 1708
E ISSN : 2722 - 7340

REALITA

Jurnal Bimbingan dan Konseling

JURNAL REALITA	VOLUME 10	NOMOR 1	EDISI April 2025	P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340

Diterbitkan oleh:
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 10 Nomor 1 Edisi April 2025 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita

REALITA

JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING

Penelitian dan Pengembangan Pendidikan

DEWAN REDAKASI

Pelindung : Rektor Universitas Pendidikan Mandalika
Penasehat : Dekan FIPP Universitas Pendidikan Mandalika
Penanggung Jawab : Kaprodi BK FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

Editors in Chief

Hariadi Ahmad, M.Pd (Sinta ID: 259141) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Editors

Dr. I Made Sonny Gunawan, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6703866) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Prof. Dr. Arbin Janu Setiowati, M.Pd (SINTA ID: 6027283) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang, Malang, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Wiryo Nuryono, M.Pd (SINTA ID: 6003969) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Roro Umy Badriyah. M.Pd., Kons. (SINTA ID: 6672737) Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Bali, Indonesia

Dr. Hasrul, S.PdI., M.Pd. (SINTA ID: 6894856) Pendidikan Guru Sekolah Dasar Institut Sains dan Pendidikan Kie Raha Maluku Utara, Ternate, Maluku Utara, Indonesia

Mustakim, M.Pd. . (Sinta ID: 6875136) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Section Editors

Dr. Ari Khusumadewi, M.Pd (SINTA ID: 6011203) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Mutmainah, M.Pd (SINTA ID: 6040364) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Dr. Hadi Gunawan Sakti, M.Pd (SINTA ID: 6110492) Teknologi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Dr. Haromain, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6158243) Admistrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Ahmad Muzanni, M.Pd (SINTA ID: 6074667) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Reviwers

Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D, (SINTA ID: 6720430) Matematika Universitas Jember, Jember, Jawa Timur, Indonesia

Prof. Dr. Sutarto, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 5986995) Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Prof. Dr. Ahmad Sukri, S.Pd., M.Pd	(SINTA ID: 5986955) Pendidikan Biologi Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Prof. Dr. I Ketut Sukarma, M.Pd	Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Dr. A. Hari Witono, M.Pd. Kons	(SINTA ID: 6147134) Bimbingan dan Konseling Pendidikan Dasar Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Dr. Asep Sahrudin, S.Pd., M.Pd.	(SINTA ID: 5978981) Pendidikan Mantematika Universitas Mathla'ul Anwar Banten, Banten, Indonesia
Dr. Uli Agustina Gultom, S.Pd., M.Pd.	(SINTA ID: 6665219) Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Borneo Tarakan, Kalimantan Utara, Indonesia
Dr. Suciati Rahayu Widyastuti, S.Pd., M.Pd.	(SINTA ID: 6697553) Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon, Cirebon, Jawa Barat, Indonesia
Dr. Gunawan, M.Pd.	(SINTA ID: 5980767) Pendidikan Fisika Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Ginanjar Nugraheningsih, S.Pd. Jas., M.Or.	(SINTA ID: 6725241) Pendidikan Jasmani Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia
Dewi Ariani, S.Pd., M.Pd	(SINTA ID: 6004815) Pendidikan Ekonomi Universitas Mahaputra M. Yamin Solok, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
Rahmawati M, S.Pd., M.Pd.	(SINTA ID: 6129818) Universitas Muhammadiyah Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia
Dita Kurnia Sari, M.Pd	Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia
St. Muriati, S.Pd., M.Pd	(SINTA ID: 6113561) Pendidikan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Bosowa Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia
Indra Zultiar, S.Pd., M.Pd.	(SINTA ID: 6657679) Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia
M. Samsul Hadi, M.Pd	(SINTA ID: 6901605) Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
B. Fitria Maharani, M.Si	(SINTA ID: 6743948) Farmasi Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Aluh Hartati, M.Pd	(SINTA ID: 6789075) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Ahmad Zainul Irfan, M.Pd	(SINTA ID: 6663273) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd	(SINTA ID: 6188156) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Dra. Ni Ketut Alit Suarti, M.Pd	(SINTA ID: 6165599) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Eneng Garnika, M.Pd	(SINTA ID: 6162854) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Farida Herna Astuti, M.Pd	(SINTA ID: 6162869) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Ichwanul Mustakim, M.Pd	(SINTA ID: 6797055) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Jessica Festi Maharani, M.Pd,	(SINTA ID: 6699324) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Lalu Jaswandi, M.Pd	(SINTA ID: 6190316) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Nuraeni, S.Pd., M.Si	(SINTA ID: 6166292) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Nurul Iman, M.Pd	(SINTA ID: 6168197) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
M. Najamuddin, M.Pd	(SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
M. Zainuddin, M.Pd	(SINTA ID: 6809112) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
M. Chaerul Anam, M.Pd	(Sinta ID: 6102038) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Mujiburrahman, M.Pd	(SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Raden Fanny Printi Ardi, M.Sn.	(SINTA ID: 5992672) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Reza Zulaifi, M.Pd	(Sinta ID: 6809087) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Suharyani., M.Pd.	(SINTA ID: 6162836) Pendidikan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Copyedit dan Layout

Adam Bachtiar, S.Kom., M.Mt.	(SINTA ID: 5992965) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Akbar Juliansyah, ST., M.Mt.	(SINTA ID: 6070577) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Dewi Rayani, S.Psi., MA	(SINTA ID: 6178454) Kesehatan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Sarilah, S.PdI., M.Pd	(SINTA ID: 6189104) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Khairul Huda, S.Pd., M.Pd	(SINTA ID: 6663284) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Ni Made Sulastri, S.Pd., M.Pd	(SINTA ID: 6196335) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Drs. I Made Gunawan, M.Pd	Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Alamat Redaksi:
Redaksi Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling (**JRbk**)
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Universitas Pendidikan Mandalika
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram Telp. (0370) 638991
Email : realita@undikma.ac.id
Web : e-journal.undikma.ac.id

Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document (Email)* atau *Submission* lansung di akun yang diterbitkan setiap bulan April dan Oktober setiap tahun.

Diterbitkan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 10 Nomor 1 Edisi April 2025 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita

DAFTAR ISI **Halaman**

Alya Fallah Sofian, Fitri Yani, Suryani, Fahrurrozi, Eni Nuraini, Agus Sukirno, dan Asep Furqonuddin
Peran BK Karir untuk Mempersiapkan SDM yang Berkualitas dalam Dunia Kerja ..... 2562 – 2569

Hauzah 'Abqoriyah Nabilah, Nazwa Nurul Khanifa, Wiryo Nuryono, dan Devi Ratnasari
Penerapan Teknik Proyeksi Masa Depan untuk Mengelola Tuntutan Ekspektasi Orang Terdekat Serta Mencegah Penyalahgunaan Narkotika pada Mahasiswa ..... 2570 – 2577

Ceri Novramdani, Futihat, Muhammad Haikal Farhan, dan Naeila Rifatil Muna
Teknik *Self-Management* sebagai Upaya Mereduksi Perilaku Konsumtif pada Siswa ..... 2578 – 2585

Putu Ayu Ratih Kumala Dewi, dan Firmanto Adi Nurcahyo
Peran Keterlibatan Ayah terhadap Regulasi Emosi Remaja ..... 2586 – 2599

Naufal Alawy, Novy Nur Mahmudah, Wiwin Luqna Hunaida, dan M. Fadhil Akbar
Eksistensi Guru Bimbingan Konseling (BK) dalam Upaya Mewujudkan Profil Pelajar Pancasila di SMP Negeri 1 Waru Sidoarjo ..... 2600 – 2613

Febiyolla Usmaya, Zainal Fauzi, dan Ainun Heiriyah
Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial di SMAN 12 Banjarmasin ..... 2614 – 2621

Muh Madhani Rahmatullah, Dealova Savara, Rizqika Ghina Salsabila, Fahma Ningrum Rahmasari, Grace Luvita Artika Sinambela, dan Noni Bela Maulida
Kolaborasi Guru BK dan Guru Matematika dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Matematika di SMAN 1 Pare ..... 2622 – 2632

Adelia Putri Nawindi, Hariani Kumala Sari, Naaifah Zaahiroh, Mohammad Danar Zila Saputra, Meiliza Simanjuntak, dan Alysha Putri Salshabillah
Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mempertahankan Motivasi Belajar Siswa di SMAN 5 Surabaya ..... 2633 – 2640

Pecilia Defri
Dinamika Pendekatan Bimbingan dan Konseling dalam Penguatan Kecerdasan Emosional dan Spiritual Siswa ..... 2641 – 2648

Neny Dwi Agustin, Wita Atikah Nuri, Devyta Maura A P, Nailunnajwa, Faya Fatimmatuz Zahro, dan Muhammad Luqman Baihaqi
Analisis Kesulitan Belajar Akademik Siswa dan Respon Guru di SMA NU 1 Gresik: Studi Kasus Pendekatan Edukasi ..... 2649 – 2655

Muhammad Silmi Kaffah, dan Muh. Syawal Hikmah
Penerapan Teknik Genogram untuk Meningkatkan Kematangan Karier Siswa di Sekolah Menengah Atas ..... 2656 – 2672

Amanda Clara Natalia, Lena Marianti, Esa Kurniati, Ily Zawani Binti Ali, Mohamad Syahmi Bin Mohamed Isa, Muhammad Nasrullah, dan Abdul Muhaimin
Beban Psikologi Anak Anak yang Mengalami Perceraian Orang Tua Berbasis Literatur ..... 2673 – 2681

Happy Fathimatur Rosyidah, Wahyu Lestari, Deni Setiawan, Sarwi, dan Ellianawati
Pengembangan Instrument Penilaian Konsep Diri untuk Kepedulian Lingkungan pada Siswa SMP ..... 2682 – 2688

Syahvira Amalie Chusna Assa'adah, Jumi'ati 'Afifah, Afifah Nauffatih Yulianto, Anita Dhuwi Rahayu, Annisa Putri Rahmasari, dan Tirta Alma Sekarani
Kolaborasi Guru Bimbingan dan Konseling dengan Guru Mata Pelajaran Terhadap Motivasi Belajar Siswa ..... 2689 – 2698

Aluh Hartati dan Muhamad Syahrizal Ramadhani
Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Sikap Tanggung Jawab Belajar Siswa MTs NWDI Bagik Polak ..... 2699 – 2712

Hariadi Ahmad dan Ni Nyoman Ayu Yuliantari
Hubungan antara *Beauty Privilege* dengan Remaja Perempuan di SMA Negeri 6 Mataram ..... 2713 – 2737

Baiq Annisa Salwa Fadia, Syamsul Hadi, dan Dwi Widarna Lita Putri
Analisis Regulasi Emosi dalam Menjalankan Perannya Sebagai Pendidik pada Guru Berkebutuhan Khusus ..... 2738 – 2747

Nuraeni dan Mutiah
Pengaruh Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Modeling terhadap Perencanaan Karir Siswa Kelas XI di SMKN 2 Praya Tengah ..... 2748 – 2755

Putri Awalia Zahro, dan Ari Khusumadewi
Keefektifan Konseling Realita untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Santri di SMP Bilingual Terpadu Krian Sidoarjo ..... 2756 – 2769

Jessica Festy Maharani dan Nila Handayani
Pengaruh Konseling Behavior terhadap Kecemasan Belajar Siswa SMA ... 2770 – 2777

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 10 Nomor 1 Edisi April 2025 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita

PERAN KETERLIBATAN AYAH TERHADAP REGULASI EMOSI REMAJA

Oleh:
Putu Ayu Ratih Kumala Dewi, dan Firmanto Adi Nurcahyo
Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Denpasar, Bali, Indonesia
Email: puturatihkumala@gmail.com; adinurcahyo@unud.ac.id

Abstrak. Masa remaja merupakan masa pencarian jati diri. Pada masa ini seseorang rentan untuk terjerumus ke dalam tindakan yang menyimpang seperti kenakalan remaja atau kebut kebutan di jalan. Tindakan-tindakan remaja yang menyimpang dimungkinkan karena remaja kurang mampu untuk meregulasi emosi. Kemampuan meregulasi emosi remaja dimungkinkan dipengaruhi oleh keterlibatan orang tua. Ayah diduga memiliki peranan penting dalam menunjang perkembangan seorang anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap apakah keterlibatan ayah berperan terhadap regulasi emosi pada remaja. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja berusia 15-17 tahun yang tinggal bersama kedua orang tua. Pada penelitian ini peneliti menggunakan non-probability sampling dengan teknik purposive sampling. Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala regulasi emosi dan skala keterlibatan ayah. Jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 105 subjek. Berdasarkan hasil uji Analisis Regresi Linear didapatkan hasil bahwa terdapat peran keterlibatan ayah terhadap regulasi emosi remaja. Keterlibatan ayah dapat membantu remaja untuk mengurangi perilaku menyimpang atau negatif, agresifitas dan dapat mengurangi konflik yang terjadi pada masa remaja.
Kata Kunci: *keterlibatan ayah, regulasi emosi, remaja, kenakalan remaja, peran ayah*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi atau masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Budirahayu, 2019). Menurut Hurlock (2003) bahwa remaja sebagai periode penting daripada periode lainnya. Hal ini terjadi karena kondisi yang terjadi pada masa remaja akan berpengaruh langsung terhadap sikap dan perilaku pada masa depan. Kondisi remaja yang tidak stabil membuat remaja rentan akan berbagai perilaku negatif seperti halnya kenakalan remaja.

Adapun bentuk-bentuk perilaku menyimpang yang dapat dikategorikan ke dalam kenakalan remaja secara umum menurut Sarwirini (2011), antara lain, pertama, kenakalan biasa seperti suka berkelahi, suka keluyuran, membolos sekolah, dan pergi dari rumah tanpa pamit. Kedua, kenakalan yang menjurus pada pelanggaran dan kejahatan seperti mengendarai mobil tanpa Surat Izin Mengemudi (SIM), dan mengambil barang orang tua tanpa izin. Ketiga, kenakalan khusus seperti penyalahgunaan narkotika, hubungan seks di luar nikah, pergaulan bebas, dan pemerkosaan. Kemampuan untuk mengontrol emosi ini berkaitan dengan regulasi emosi. Seseorang yang dapat mengendalikan emosinya dengan baik, mereka dapat meningkatkan kemampuan berpikir kritis dalam menanggapi suatu permasalahan dan bertindak secara terarah (Kamilya, Deny, & Lestyanto, 2021). Dalam konteks berkendara, individu dengan pengendalian emosi yang baik, mampu berkendara dengan tenang dan berpikir secara matang sebelum mengambil tindakan. Begitupun sebaliknya, orang yang tidak mampu mengontrol emosinya memiliki kecenderungan untuk melampiaskan emosinya tersebut pada saat berkendara (Herani & Jauhari, 2017).

Kemampuan untuk mengontrol emosi ini berkaitan dengan regulasi emosi.

Regulasi emosi merujuk pada kemampuan individu untuk mengontrol dan memengaruhi suasana emosional yang mereka alami, termasuk kapan dan bagaimana mereka merasakannya serta cara mereka mengekspresikannya (Gross, 2002). Faktor-faktor yang berdampak terhadap regulasi emosi seseorang terbagi menjadi 2 faktor, yaitu intrinsik dan ekstrinsik. (Gross, 2002). Peranan orang tua memegang dampak langsung terhadap perkembangan anak, melalui pemberian contoh, bimbingan, dan penyampaian nilai-nilai atau aturan yang berlaku dalam masyarakat. Sebagaimana disampaikan oleh Borba (2008), keterlibatan orang tua dalam dinamika pengasuhan memiliki makna yang substansial dalam membentuk karakter anak.

Tugas utama dalam mendidik dan membesarkan anak sering kali ditempatkan pada pundak ibu, sementara peran ayah terbatas pada pemenuhan kebutuhan ekonomi keluarga tanpa terlibat secara aktif dalam proses pengasuhan, pendidikan, dan penyediaan kasih sayang anak (Septiani & Nasution, 2017). Meskipun demikian, signifikansi dari kualitas pengasuhan oleh ayah dan ibu seharusnya sepadan. Hal ini sesuai dengan apa yang disampaikan Palkovitz (2002) yaitu tidak semua ayah yang dapat selalu ada pada tahap perkembangan anak. Tidak adanya figur ayah dapat dipahami secara fisik dan emosional. Hal ini berdampak dengan perilaku negatif anak yang menjadi sering muncul.

Hasil penelitian terbaru menunjukan bahwa figure orang tua yang berpengaruh pada regulasi emosi remaja juga tergantung dari jenis kelamin remaja tersebut. Jika remaja tersebut berjenis kelamin laki-laki maka remaja tersebut akan cenderung meletakan figure ibu sebagai faktor yang mempengaruhi regulasi emosi, sedangkan jika remaja tersebut berjenis kelamin perempuan maka figure ayah merupakan representatif dari orang tua yang akan mempengaruhi regulasi emosi remaja (Ratnasari & Suleeman, 2018). Setyawati & Rahardjo (2015) mengungkapkan bahwa mengabaikan keterlibatan ayah dalam pengasuhan sama saja dengan membiarkan terjadinya bias dalam perkembangan anak.

Peran ayah baik terhadap anak laki-laki maupun perempuan sangat penting, bagi anak laki-laki peran ayah di butuhkan dalam informasi yang tepat tentang kesehatan reproduksi agar tidak terjerumus pada hal yang tidak baik. Berdasarkan data Kemensos (2013) tentang prevalensi kekerasan, anak laki-laki lebih rentan untuk menjadi korban kekerasan fisik, psikologis, maupun seksual, peran ayah yang optimal akan mengurangi kerentanan anak menjadi korban maupun pelaku kekerasan. Sedangkan bagi anak perempuan ketiadaan peran ayah akan berdampak pada pengelolaan emosi, sulit mengambil keputusan, serta cenderung mencari pengganti figure ayah (Pranawati, 2015). Tujuan dilakukannya penelitian ini yakni untuk mengungkap apakah keterlibatan ayah berperan terhadap regulasi emosi pada remaja.

KAJIAN PUSTAKA

Regulasi emosi diartikan sebagai kemampuan penyelesaian masalah atas reaksi emosional untuk mencapai tujuan yang lebih baik (Berk, 2005). Widuri (2012) memandang bahwa regulasi emosi berfokus pada pencapaian keseimbangan emosional individu melalui sikap dan perilakunya. Hal ini bisa tercapai jika individu memiliki kemampuan untuk memahami emosi dan menerimanya secara sadar, serta dapat mengendalikan impulsivitas ketika mengalami emosi negatif melalui regulasi yang fleksibel (Gratz & Roemer, 2004). Gross (2003)

menjelaskan terkait aspek regulasi emosi yaitu *cognitive reappraisal* dan *expressive suprresion*.

Cognitive Reappraisal adalah cara mengatur emosi dengan mengubah cara berpikir dalam situasi tertentu (Gross, 2003). *Reappraisal* adalah bentuk perubahan kognitif yang melibatkan individu untuk mengubah cara mereka berpikir tentang situasi yang dapat membangkitkan emosi sehingga mereka dapat mengubah dampak emosional mereka. *Reappraisal* adalah *antecedent-focused strategy* yang terjadi lebih awal di depan tren respons emosional yang diaktifkan sepenuhnya dan mengubah perilaku (Gross, 2002).

Expressive Suppression merupakan proses menekan perasaan yang tidak diinginkan. Penekanan ini mengatur emosi agar tidak mengungkapkan perasaan yang tidak diinginkan. Bentuk dari perilaku supresif diantaranya adalah sedih, tidak berbicara, perasaaan kecewa, dan lain sebagainya. Dimensi penekanan memiliki dua indikator. Yang pertama adalah menyembunyikan perasaan. Indikator ini terjadi ketika individu menyimpan perasaan mereka tanpa pengungkapan atau ekspresi emosional. Yang kedua adalah menunjukkan emosi. Indikator ini merupakan kebalikan dari indikator pertama yaitu individu mengekspresikan emosinya namun tidak secara menyeluruh (Shiddiqiyah, 2021).

Gross (2007) menjelaskan bahwa regulasi emosi memiliki empat dimensi yang digunakan dalam menentukan daya regulasi emosi. a). *Strategies to emotion regulation* adalah kompetensi yang dimiliki seseorang untuk dapat menemukan sebuah metode atau cara untuk meminimalisir emosi negatif, memecahkan masalah, serta bisa dengan mudah menghilangkan emosi tersebut ketika sudah merasakan perasaan emosi yang dinilai terlalu berlebihan. Ketika seseorang mendapat rangsangan emosi dan dapat dengan mudah menemukan cara untuk meredakan emosinya, akan diwujudkan dalam bentuk ekspresi wajah, tubuh atau kata-kata sehingga akan menampakkan gambaran emosi yang tenang. Semakin berhasil seseorang menekan emosi yang tampak, maka orang tersebut dinilai semakin baik dalam memilih strategi untuk meregulasi emosinya (Hurlock, 1993). *b). Enganging in goal directed behavior* adalah kemampuan seseorang agar tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang ia rasakan sehingga bisa terus berpikir dan melakukan hal-hal dengan benar. Kecakapan emosi seseorang dapat dilihat dari kecakapan individu mengungkapkan perasaannya. Artinya ketika ada individu menahan diri dan merubah perilaku yang didorong oleh keinginan pemuasan perilaku menjadi perilaku yang rasional yang dapat diterima oleh masyarakat, berarti emosi tersebut terkendali (Goleman, 1996). *c). Control emotional responses* adalah kemampuan seseorang untuk mengontrol emosi yang dirasakan dan respon emosional yang dimanifestasikan seperti (respon fisiologis, perilaku, dan nada suara), agar seseorang tidak mengalami emosi yang berlebihan dan menampilkan respon emosional yang sesuai. Menurut Watson dan Greer (1983), emosi yang terkendali dapat dikenali dengan ekspresi sebagai berikut yaitu: tetap tenang, menahan perasaan, menyembunyikan perasaan, mengatakan apa yang dirasakan, menolak untuk berdebat, menghindari diri dari apa yang sedang dirasakan, membiarkan orang lain tahu apa yang dirasakan atau menunjukkan perasaan lewat ekspresi wajah. *d). Acceptance of emotional response* adalah kapasitas seseorang untuk dapat menerima peristiwa yang membangkitkan emosi negatif dan tidak malu untuk merasakannya. Levi (Ratrioso, 2000) berpendapat bahwa

pengendalian emosi adalah keseimbangan antara pengalaman emosi positif dan negatif, yang berarti juga dapat menerima dan mengatasi gejolak naik turunnya emosi serta dapat merangkum emosional yang ekstrim dalam satu perspektif.

Palkovitz (2002) mengemukakan keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak memiliki beberapa definisi yaitu terlibat dengan seluruh aktivitas yang dilakukan oleh anak, melakukan kontak dengan anak, dukungan finansial, dan banyaknya aktivitas bermain dilakukan bersama-sama. Penjelasan lebih lanjut, keterlibatan ayah dalam pengasuhan juga diartikan sebagai seberapa besar usaha yang dilakukan oleh seorang ayah dalam berpikir, merencanakan, merasakan, memperhatikan, memantau, mengevaluasi, mengkhawatirkan serta berdoa bagi anaknya.

Purwindarini, dkk. (2014) mengemukakan bahwa keterlibatan ayah adalah suatu partisipasi aktif melibatkan fisik, afektif, dan kognitif dalam proses interaksi antara ayah dan anak yang memiliki fungsi *endowment* (mengakui anak sebagai pribadi), *protection* (melindungi anak dari sumber-sumber bahaya potensial dan berkontribusi pada pengambilan keputusan yang berpengaruh terhadap kesejahteraan anak), *provinsion* (memastikan kebutuhan material anak), *formation* (aktivitas bersosialisasi seperti pendisiplinan, pengajaran,dan perhatian) yang merepresentasikan peran ayah sebagai pelaksana dan pendorong bagi pembentukan dalam perkembangan anak. *Father involvement* dapat direpresentasikan dalam bentuk interaksi secara langsung dengan anak, memberi kehangatan, perhatian, melakukan pemantauan pada aktivitas anak, memberikan kontrol dan pengawasan pada setiap perilaku anak, dan bertanggung jawab untuk memberikan atau memenuhi kebutuhan anak.

Hawkins et. al. (2002) mengemukakan dimensi-dimensi *father involvement* yakni; a). *Discipline and Teaching Responsibility*, seorang ayah harus bisa mengajarkan dan menerapkan sikap disiplin serta tanggungjawab terhadap anak-anaknya, karena kelak sang anak pun akan menjadi orangtua yang harus bertanggung jawab untuk dirinya sendiri dan anak-anaknya kelak. b). *School Encouragement*, ayah menjadi harapan anak-anaknya dalam pencapaian prestasi di sekolah, anak biasanya akan merasa aman dan bangga karena adanya sosok ayah sebagai pelindungnya dan orang yang akan bangga kepadanya. c). *Mother Support*, tidak hanya sosok yang jantan dan ditakuti orang-orang, namun sang ayah juga harus bisa memberikan kasih sayang yang lembut terhadap anak-anaknya. *d). Providing*, ayah memiliki kewajiban untuk memenuhi kebutuhan anak baik riil maupun materiil, sehingga anak merasa hidupnya tercukupi. e). *Time dan Talking Together*, diperlukan interaksi antara sang ayah dengan sang anak untuk meningkatkan hubungan agar sang anak merasa nyaman terhadap ayahnya dan mau mengungkapkan apa yang ada dibenak sang anak. f). *Praise and Affection*, pujian dengan penuh rasa kasih sayang merupakan hal yang sangat diinginkan seorang anak terhadap ayahnya, karena tidak sering seorang ayah mengawasi anaknya dalam kegiatan-kegiatan anaknya, sehingga pujian dan kasih sayang sangat diharapkan oleh sang anak. g). *Developing Talents and Future Concerns*, motivasi sang ayah serta ijin dari ayah merupakan hal yang membuat sang anak mengembangkan bakatnya. h). *Reading and Homework Support*, anak akan termotivasi jika sang ayah memberikan contoh yang baik terhadap anak- anaknya. Membacakan cerita sejak kecil merupakan awal untuk memotivasi sang anak agar rajin membaca, serta dalam penyelesaian pekerjaan rumah. i).

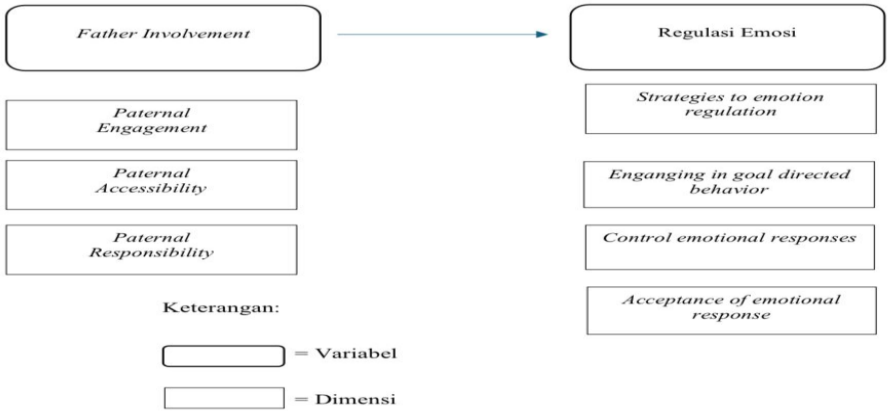
Attentiveness, ayah seorang yang sangat penting dalam pengawasan kegiatan sang anak. Kemanapun sang anak pergi, ayah haruslah mengetahui apa saja yang dilakukan oleh anaknya.

Berdasarkan tinjauan beberapa pendapat para ahli, keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak memberikan dampak positif pada seluruh aspek perkembangan anak yaitu aspek fisik, kognitif atau intelektual, emosi, sosial, dan moral. Indikator konstrak keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak (*paternal/father involvement*) secara umum meliputi keterlibatan secara langsung (engagement) pada aspek perkembangan sosial, didaktik, disiplin, afeksi, dan sosial maupun keterlibatan secara tidak langsung (*availability* dan *responsibility*) atau sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Lamb, Pleck, Charnov, dan Levine (dalam McBridge, Schoppe, dan Rane, 2002).

Menurut Santrock (2003), masa remaja terbagi atas masa remaja awal (*early adolescence*) dan masa remaja akhir (*late adolescence*). Masa remaja awal (*early adolescence*) berlangsung dimasa sekolah menengah pertama atau sekolah menengah akhir dan terjadi perubahan pubertas. Santrock (2003) mendefenisikan pubertas sebagai masa pertumbuhan tulang-tulang dan kematangan seksual. Sedangkan masa remaja akhir (*late adolescence*) kurang lebih terjadi pada pertengahan dasawarsa yang kedua dari kehidupan, kira-kira setelah usia 15 tahun. Minat, karir, pacaran dan ekplorasi identitas sering kali lebih menonjol dimasa remaja akhir dibandingkan dimasa remaja awal.

Berdasarkan defenisi mengenai remaja, dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan salah satu fase dalam perkembangan manusia yang terjadi pada usia 10 hingga 22 tahun. Dimana pada rentan usia tersebut merupakan masa transisi dari anak-anak menuju masa dewasa yang melibatkan perubahan fisik, kognitif, dan psikososial. Pada dasarnya keterlibatan seorang ayah dalam pengasuhan memiliki pengaruh terhadap perkembangan anak, baik secara kognitif maupun secara emosi. Ketika seorang ayah terlibat secara langsung dalam memberikan perhatian, kasih sayang dan meluangkan waktunya untuk bermain bersama anak (paternal engagement) maka akan menimbulkan dampak positif pada anak, apabila hal tersebut terus distimulasi maka anak akan mampu mengerti dan memahami emosi pada dirinya (Qodariah & Pebriani, 2016). Anak yang mampu memahami emosinya akan lebih mampu untuk mengendalikan cara mengekspresikannya (Strategies to emotion regulation) (Garner & Power, 1996).

Gambar 1. Kerangka Konseptual Peran Keterlibatan Ayah Terhadap Regulasi Emosi Pada Remaja



Berdasarkan uraian diatas, maka hipotesis yang dapat diambil dari permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini adalah, sebagai berikut:
H0: Keterlibatan ayah tidak berperan terhadap regulasi emosi pada remaja.
Ha: Keterlibatan ayah berperan terhadap regulasi emosi pada remaja.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini, terdapat dua variabel, yakni variabel bebas dan variabel terikat. Adapun variabel bebas (*independent variable*) penelitian ini adalah keterlibatan ayah dan variabel terikat (*dependent variable*) penelitian ini adalah regulasi emosi. Regulasi emosi adalah persepsi individu terhadap kemampuannya untuk memahami emosi dan menerimanya secara sadar, serta dapat mengendalikan impulsivitas ketika mengalami emosi negatif. Dalam penelitian ini, variabel regulasi emosi diukur dengan skala yang didasarkan pada 4 aspek regulasi emosi menurut Gross (2007) yaitu *Strategies to emotion regulation, Enganging in goal directed behavior, Control emotional responses,* dan *Acceptance of emotional response.* Jika skor yang didapat semakin tinggi, maka kemampuan regulasi emosi yang dimiliki subjek juga semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapat, maka semakin rendah kemampuan regulasi emosinya.

Keterlibatan ayah didefinisikan sebagai persepsi seorang anak terhadap keikutsertaan positif seorang ayah dalam pengasuhan. Dalam penelitian ini, variabel keterlibatan ayah diukur dengan skala yang didasarkan pada 3 aspek menurut Lamb, Pleck, Charnov, dan Levine (dalam McBridge, Schoppe, dan Rane, 2002) yang terdiri dari *paternal engagement, paternal accessibility,* dan *paternal responsibility*. Jika skor yang didapat semakin tinggi, maka keterlibatan ayah dalam pengasuhan juga semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapat, maka semakin rendah keterlibatan ayah dalam pengasuhan.

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja berusia 15-17 tahun yang tinggal bersama kedua orang tua. Remaja dengan rentang usia 15-17 tahun disebut remaja madya. Remaja pada masa ini biasanya ditandai dengan berkembangnya kemampuan berpikir yang baru, mampu mengarahkan diri sendiri (self direct), mulai mengembangkan kematangan tingkah laku, mulai belajar untuk mengendalikan diri, dan membuat keputusan awal yang berkaitan dengan tujuan yang ingin dicapai (Hockenberry, 2009).

Pada penelitian ini peneliti menggunakan *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Dalam penentuan jumlah sampel, Sugiyono (2019) mengemukakan bahwa ukuran sampel yang layak dalam penelitian antara 30 sampai dengan 500. Berdasarkan poin diatas, Dalam menentukan sampel minimum, peneliti dapat menggunakan rumus 104 + VB (Field, 2018). Berdasarkan perhitungan sampel oleh Field (2018), sehingga diperoleh 104 + 1VB = 105 sampel, sehingga peneliti memutuskan untuk jumlah minimum sampel sebesar 105 sampel. Penelitian ini menggunakan skala likert untuk mengambil data subjek dalam memberikan respon terhadap aitem dari setiap konstruk yang diukur. Terdapat empat kategori kesetujuan pada skala likert yaitu: Sangat Sesuai (SS); Sesuai (S); Tidak Sesuai (TS); dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Berikut merupakan pemberian skor terhadap masing-masing kategori respon dari aitem *favorable* dan *unfavorable* yang dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Pemberian Skor Alternatif Respon Skala *Likert*

Pilihan Jawaban	Skor Aitem *Favorable*	Skor Aitem *Unfavorable*
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Validitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Rentang hasil nilai V penelitian ini bergerak dari 0 hingga 1. Untuk mengukur validitas isi, peneliti menggunakan formula Aiken's V yang didasarkan dari penilaian panel ahli dalam jumlah tertentu dan memberikan rentang skor 1 (tidak relevan) hingga 5 (sangat relevan) (Azwar, 2012). Aitem yang akan dipertahankan merupakan aitem yang memiliki daya diskriminasi yang tinggi sedangkan aitem yang memiliki daya diskriminasi rendah atau tidak baik akan diseleksi dan dipertimbangkan untuk dieliminasi. Dalam melakukan pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem menggunakan batasan yaitu rix ≥ 0,30 (Azwar, 2011). Namun apabila jumlah aitem yang valid masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat menggunakan batasan rix ≥ 0,25 sebagai bahan pertimbangan.

Penelitian ini menggunakan reliabilitas dengan formula Cronbach's Alpha melalui software SPSS 26.0. Cronbach's Alpha merupakan sebuah ukuran keandalan yang memiliki nilai berkisar dari nol sampai satu (Hair et al., 2010). Uji analisis statistik deskriptif ini bertujuan untuk memperoleh gambaran dari subjek yang berpartisipasi dalam penelitian. Uji analisis ini terdiri dari informasi demografis subjek, *mean*, nilai maksimum dan minimum, standar deviasi, dan klasifikasi atau kategorisasi dari setiap data yang diperoleh. Adapun panduan rumus kategorisasi kontinum tiga jenjang oleh Azwar (2012) yang digunakan oleh peneliti yaitu:

Tabel 2. Rumus Kategorisasi Data

No.	Kategori	Rumus
1.	Rendah	X < M – 1 SD
2.	Sedang	M – 1SD ≤ X < M + 1 SD
3.	Tinggi	M + 1SD ≤ X

Keterangan: M = *Mean*; SD = Standar Deviasi

Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan Kolmogorov-Smirnov. Jika uji Kolmogorov-Smirnov memperlihatkan probabilitas >0.05, maka dapat dinyatakan bahwa berdistribusi dengan normal. Sedangkan bila probabilitas data <0.05, maka data dapat dinyatakan tidak berdistribusi dengan normal (Hamdi & Bahruddin, 2014). Dalam proses menguji normalitas, peneliti menggunakan perangkat lunak SPSS 26.0. Uji linearitas data dapat dilakukan menggunakan analisis compare mean, kemudian memakai *test of linearity*. Hubungan kedua bisa dinyatakan linear jika nilai signifikansi pada linearity lebih kecil dari 0,05 (p<0,05), sedangkan bila nilai signifikansi pada linearity lebih besar dari 0,05 (p>0,05) maka dapat dinyatakan bahwa tidak linear (Pramesti, 2016). Pada penelitian ini uji linearitas dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS 26.0.

Dalam pengujian hipotesis penelitian ini peneliti menggunakan uji

analisis regresi linear sederhana. Uji Regresi sederhana bertujuan untuk memprediksi atau memperkirakan nilai variabel independen (Keterlibatan Ayah) dalam hubungannya dengan variabel dependen (Regulasi Emosi) dengan demikian, keputusan dapat dibuat untuk memprediksi seberapa besar perubahan nilai variabel dependen bila nilai variabel dinaikturunkan (Silaen dan Heriyanto, 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil deskripsi subjek berdasarkan usia pada saat mengisi kuesioner dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Karakteristik Subjek Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
15	26	24,8%
16	40	38,1%
17	39	37,1%
Total	**105**	**100%**

Berdasarkan tabel hasil deskripsi subjek berdasarkan usia, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek pada penelitian ini yaitu berusia 16 tahun sebanyak 40 orang dengan persentase 38,1%.

Tabel 4. Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	38	36,2%
Perempuan	67	63,8%
Total	**105**	**100%**

Hasil dari deskripsi subjek pada Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa mayoritas subjek yang terlibat dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 67 orang (63,8%).

Tabel 5. Deskripsi Statistik Data Penelitian

Variabel Penelitian	N	Mean Teoritis	Mean Empiris	Std. Deviasi Teoritis	Std. Deviasi Empiris	Sebaran Teoritis	Sebaran Empiris
Regulasi emosi	105	105	125,64	22	15,228	44 - 176	67-149
Keterlibatan Ayah	105	85	99, 53	17	16,531	34 - 136	54-119

Hasil deskripsi statistik yang tertera pada tabel diatas menunjukkan bahwa variabel regulasi emosi memiliki nilai *mean* empiris yang berbeda dengan *mean* teoritis. Nilai mean empiris pada variabel regulasi emosi adalah sebesar 125,64. dan nilai mean teoritis sebesar 105.

Tabel 6. Kategori Regulasi Emosi

Kategori	Rentang	Frekuensi	Persentase
Rendah	X < 83	2	1,9%
Sedang	83 ≤ X < 127	46	43,8%

Tinggi	127 ≤ X	57	54,3%
total		105	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi yang terdapat pada Tabel 5 diatas, menunjukan bahwa 57 orang memiliki tingkat regulasi emosi yang tinggi dengan persentase sebesar 54,3%, 46 orang memiliki tingkat regulasi emosi yang sedang dengan persentase sebesar 43,8% dan 2 orang memiliki tingkat regulasi emosi yang rendah dengan persentase 1,9%. Dapat dikatakan mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki regulasi emosi yang tinggi.

Tabel 7. Kategori Keterlibatan Ayah

Kategori	Rentang	Frekuensi	Persentase
Rendah	X < 68	12	11,4%
Sedang	68 ≤ X < 102	18	17,1%
Tinggi	102 ≤ X	75	71,4%
Total		105	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi yang terdapat pada Tabel 7, menunjukan bahwa 75 subjek memiliki skor keterlibatan ayah yang tinggi dengan persentase sebesar 71,4%, 18 subjek memiliki skor keterlibatan ayah yang sedang dengan persentase sebesar 17,1% dan 12 orang memiliki skor keterlibatan ayah yang rendah dengan persentase 11,4%. Dapat dikatakan mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki skor keterlibatan ayah yang tinggi.

Dalam uji normalitas data dapat dinyatakan normal jika memiliki taraf signifikansi atau nilai probabilitas lebih dari 0,05 (p>0,05) dan sebaliknya, apabila data memiliki nilai probabilitas kurang dari 0,05 (p<0,05) maka dapat dinyatakan tidak berdistribusi normal (Field, 2009). Dengan demikian didapatkan hasil signifikansi sebesar 0,082 berdasarkan uji normalitas Kolgomorov- Smirnov terhadap 105 responden.

Tabel 8. Hasil Uji Normalitas

Variabel	N	Sig.	Kesimpulan
Unstandardized Residual	105	0.082	Data terdistribusi normal

Berdasarkan Tabel 8, uji normalitas di atas menunjukkan nilai signifikansi (Asymp.sig) sebesar 0.082 yang mana nilai ini lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa nilai residual dari data penelitian ini dikatakan terdistribusi normal.

Tabel 9. Hasil Uji Linieritas

Variabel	*Deviation from Linearity*	*Linearity*
Regulasi Emosi*Keterlibatan ayah	0,092	0,000

Berdasarkan hasil uji linieritas pada Tabel 9, dapat diketahui bahwa variabel regulasi emosi dan variabel keterlibatan ayah memiliki nilai linearty sebesar 0,000 yang mana nilai ini lebih kecil dari 0,05 (p<0,05) dan nilai

deviation from linearty 0.092 yang mana nilai ini lebih besar dari 0,05 (p>0,05). Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang liniear antara variabel keterlibatan ayah dan regulasi emosi.

Berdasarkan hasil uji asumsi penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini terdistribusi normal dan memiliki hubungan yang liniear pada masing-masing variabel bebas dan terikat. Oleh karena itu data pada penelitian ini dapat dilanjutkan dengan melakukan uji hipotesis menggunakan analisis regresi linear sederhana.

Tabel 10. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

variabel	R Square*	Kontribusi	F	Sig.	Ket
Keterlibatan Ayah dan Regulasi Emosi	0.326	32,6%	49.730	0.000	Signifikan

Berdasarkan hasil diatas, diketahui nilai F sebesar 49.730 dengan signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 lebih kecil dari < probabilitas 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa H0 ditolak dan Ha diterima, yang berarti bahwa "ada peran keterlibatan ayah terhadap regulasi emosi remaja."

Tabel 11. Koefisien Variabel Keterlibatan Ayah terhadap Regulasi Emosi

Variabel	Constant	B	Nilai t	sig.
Keterlibatan Ayah terhadapRegulasi Emosi	73.321	0.526	7.052	0.000

Berdasarkan hasil diatas, diperoleh angka konstan dari unstandardized coefficients sebesar 73,321 dan angka koefisien regresi sebesar 0,526. Berdasarkan hasil tersebut, menunjukan jika tidak ada keterlibatan ayah maka nilai konsisten regulasi emosi remaja adalah sebesar 73,321 dan setiap penambahan 1% tingkat keterlibatan ayah, maka regulasi emosi remaja akan meningkat sebesar 0,526. Secara umum rumus persamaan regresi linear sederhana adalah Y = a + bX. Karena nilai koefisien regresi bernilai bernilai (+) makia dengan demikian dapat dikatakan bahwa keterlibatan ayah berpengaruh positif terhadap regulasi emosi remaja. Sehingga persamaan regresinya Y = 73,321 + 0,526X.

Tabel 12. Besaran Keterlibatan Ayah Terhadap Regulasi Emosi

variabel	R Square*	Kontribusi	F	Sig.	Ket
Keterlibatan Ayah dan Regulasi Emosi	0.326	32,6%	49.730	0.000	Signifikan

Berdasarkan Tabel 12, diketahui bahwa nilai R Square sebesar 0,326. Nilai ini mengandung arti bahwa peran keterlibatan ayah terhadap regulasi emosi remaja sebesar 32,6%. Sedangkan 67,4% regulasi emosi remaja dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Amanda (2018) menyatakan bahwa orang tua merupakan faktor ekstrinsik yang paling berpengaruh terhadap kemampuan remaja mempelajari cara meregulasi emosinya. Morris et al., (2007) menyebutkan beberapa faktor yang dapat memengaruhi regulasi emosi yaitu karakter dari anak itu sendiri, media belajar dengan mengobservasi dengan menggunakan figure modeling serta dipengaruhi oleh suasana emosional keluarga yang dilihat dari gaya

pengasuhan. Interaksi ayah dan ibu terhadap anaknya dapat membuat anak mengenal emosi yang terjadi secara positif, hal ini akan membuat anak meningkatkan perasaan kelekatan yang aman dan memahami emosi-emosi yang dirasakan hingga akhirnya dapat diregulasikan (Turliuc & Bujor, 2013). Allen & Daly (2007) menyatakan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan dapat mengakibatkan anak mampu mempengaruhi kompetensi sosial dalam membentuk hubungan dengan orang lain, mengurangi perilaku negatif pada anak serta dapat mengurangi depresi, tekanan emosional dan mengurangi emosi negatif. Allen & Daly (2007) menyatakan ayah yang memiliki hubungan baik dengan anaknya, yang menghargai dan memahami kelebihan dan kekurangan anaknya, berdampak positif pada kemampuan anak dalam mengatur emosinya.

Mengacu pada hasil yang dari penelitian ini, 67,4% dari regulasi emosi remaja dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini. Hendrikson (2013) mengemukakan beberapa hal yang dapat memengaruhi regulasi emosi seseorang antara lain, pola asuh orang tua, pengalaman traumatik, hingga perubahan jasmani seperti perubahan hormon- hormon yang mulai berfungsi sesuai dengan jenis kelaminnya masing-masing. Ratnasari dan Suleeman (2017) menyebutkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mampu mempengaruhi regulasi emosi salah satunya yaitu jenis kelamin.

Hasil penelitian ini diperoleh nilai F sebesar 49.730 dengan signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 lebih kecil dari < probabilitas 0,05 dan angka koefisien regresi sebesar 0,526. Hal tersebut membuktikan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan memiliki peran positif yang signifikan terhadap regulasi emosi remaja dan setiap penambahan 1% tingkat keterlibatan ayah, maka regulasi emosi akan meningkat sebesar 0,526. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Lamb, 2010) yang menyatakan bahwa keterlibatan ayah dapat memberikan efek positif bagi perkembangan anak, seperti perkembangan kognitif, emosional, sosial, dan interaksi ayah-anak. Pentingnya keterlibatan ayah dalam pola asuh merupakan salah satu bentuk upaya mengembangkan kemampuan regulasi emosi anak yang akan meminimalisir perilaku negatif remaja.

Penelitian yang dilakukan Kroll.,et al (2016) menyatakan bahwa ayah yang terlibat dalam memperhatikan, dan membantu mengasuh anak, akan membentuk anak memiliki kemampuan mengontrol emosi yang baik. jika ayah terlibat dalam mengasuh, memperhatikan, dan membantu mengasuh anak. Hubungan emosional yang terbentuk antara ayah dan anak membantu membentuk perilaku dan kondisi mental anak hingga ia mencapai usia dewasa (Hidayah dkk., 2023). Ketika ayah tidak terlibat dalam pengasuhan, anak rentan memiliki harga diri yang rendah, pemalu, sulit menyesuaikan diri, memiliki perasaan yang tidak stabil dan sedikit terganggu dalam bahasa dan sosial-emosionalnya (Fajarrini dan Nasrul 2023)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan melalui uji analisis regresi linear sederhana dan pembahasan dari hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa: Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa peran keterlibatan ayah terhadap regulasi emosi remaja sebesar 32,6%. Apabila orang tua menginginkan anak menjadi seorang individu yang dapat meregulasi emosi dengan baik, maka diperlukan sosok Ayah dengan karakter yang kuat. Sosok ayah yang tidak hanya melarang dan menasehati tetapi juga

memberikan contoh kepada anaknya mengenai perilaku tersebut. Sehingga sikap yang ditunjukkan tersebut menjadikan Ayah sebagai model atau figur yang baik untuk dicontoh oleh seorang anak. Peneliti selanjutnya disarankan untuk lebih memperhatikan variabel – variabel lain yang dapat memengaruhi regulasi emosi, seperti usia, jenis kelamin, hubungan teman sebaya, kondisi lingkungan dan kepribadian.

DAFTAR PUSTAKA

Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S (2016). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta

Berk, L. (2005). *Infants, Children, and Adolescence*. America: *Pearson Education*, Inc.

Budirahayu, R. Y. (2019). *Peran Ideal Ayah pada Identitas Diri Remaja*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics*, 5th edition, London: SAGE.

Garner, P. W., & Power, T. G. (1996). *Preschoolers' emotional control in the disappointment paradigm and its relation to temperament, emotional knowledge, and family expressiveness. Child Development*, 67, 1406 – 1419.

Goleman, D. (1996). *Emotional Intelligence. Mengapa El Lebih Penting Daripada 1Q*. Jakarta: *Gramedia Pustaka Utama*.

Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). *Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: development, factor structure and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41-54.

Gross, J. J. (2002). *Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. Psychophysiology*, 39(3), 281–291. https://doi.org/10.1017/S0048577201393198

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). *Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well- Being. Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348

Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). *Emotion Regulation Conceptual Foundations. In J. J. Gross (Ed.), Handbook Of Emotion Regulation*. New York: *The Guilford Press*.

Hair, J., Black, W., Babin, B. Y. A., Anderson, R., & Tatham, R. (2010). *Multivariate Data Analysis (7th ed.)*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.

Hamdi, A. S. & Bahruddin, E. (2014). *Metode Penelietian Kuantitatif Aplikasi dalam Pendidikan*. Yogyakarta: *Deepublish*.

Hawkins, A. J., Bradford, K. P., Palkovitz, R., Christiansen, S. L., Day, R. D., & Call, V. R. A. (2002). *The inventory of father involvement: A pilot study of a new measure of father involvement. The Journal of Men's Studies*, 10(2), 183– 196.

Herani, I. & Jauhari, A. K., (2017). *Perilaku Berkendara Agresif Para Pengguna Kendaraan Bermotor di Kota Malang. mediapsi*, 3 (2), 29-38.

Hockenberry M and Wilson D. (2009). *Pediatric Nursing*. ISBN

Hurlock, E.B. (1992). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan*

Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga.

Hurlock, E.B. (2003). *Psikologi Perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan.* Jakarta: Erlangga.

Kamilya H, L. A., Deny, H. M., & Lestyanto, D. (2021). *Studi Literatur: Mengemudi Agresif. Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Dekes Bandung*, 13 (1), 319-331.

Kementerian Sosial. (2013). *Survey Terhadap Kekerasan Anak (SKTA) tahun 2013*. Jakarta: Kemensos RI.I

Lamb, M. E. (2010). *How do fathers influence children's development? Let me count the ways*. In M. E. Lamb (Ed.), *The role of the father in child development* (5th ed., pp. 1–26). John Wiley & Sons, Inc.

McBride, B. A., Schoppe S. J., and Rane T. R., (2002). "*Child Characteristics, Parenting Stress, and Parental Involvement: Fathers versus mothers. Journal of marriage and family,* vol 64(4), 998. Research Library.

Michele, B. (2008). *Membangun Kecerdasan Moral, Tujuh Kebajikan Utama Agar Anak Bermoral Tinggi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

Palkovitz, R. (2002). *Involved fathering and child development: Advancing ourunderstanding of good fathering. Handbook of father involvement: Multidisicplinary perspectives*. New Jersey: Lawrence ErlbaumAssociates

Pramesti, Getut. (2016). *Statistika Lengkap Secara Teori dan Aplikasi dengan SPSS 23. PT.* Alex Media Koputindo, Jakarta.

Pranawati, R. (2015). *Kualitas Pengasuhan Anak Indonesia: Survei Nasional dan Telaah Kebijakan Pemenuhan Hak Pengasuhan Anak di Indonesia*. Jakarta: Komisi Perlindungan Anak Indonesia.

Purwindarini, SS; Deliana, SM; Hendriyani, R. (2014). *Pengaruh Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan terhadap Prestasi Anak Usia Sekolah. Developmental and Clinical Psychology*, 3 (1), 59-65. Diakses melalui https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/dcp/article/view/4449.

Qodariah, L., & Pebriani, L. V. (2016). Recognizing Young Children's Expressive Styles of Emotions (2-6 Years Old). Proceedings of the 3Rd International Conference on Early Childhood Education (Icece 2016), 58.

Ratrioso, I. (2000). *Hubungan Kualitas Puasa dengan Pengendalian Emosi Negatif pada Siswa Kelas I dan Il Aliyah Pondok Pesantren Darur Rohman Jakarta*. Skripsi. Jakarta. Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Yayasan Administrasi Indonesia.

Roscoe, J. T. (1975). *Fundamental research statistics for the behavioral sciences*. New York: Holt, Rinehart and Winston.

Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja (Edisi Ke-6).* Jakarta : penerbit erlangga`1

Sarwirini. (2011). *Kenakalan Anak (Juvenile Deliquency): Kausalitas Dan Upaya Penanggulangannya. Jurnal Perspektif Volume XVI No. 4 Tahun 2011 Edisi September.*

Septiani, D., & Nasution, I. N. (2017). *Perkembangan regulasi emosi anak dilihat dari peran keterlibatan ayah dalam pengasuhan*. Jurnal Psikologi Psychopolytan, 1 (1). 23 – 30.

Setyawati & Rahardjo, P. (2015). *Keterlibatan ayah serta faktor-faktor yang berpengaruh dalam pengasuhan seksualitas sebagai upaya pencegahan perilaku seks pranikah remaja di Purwokerto.* Proceeding Seminar LPPM UMP, 2.

Shiddiqiyah. (2021). *Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Altruisme Santri Pondok Pesantren Al-Arghob Hidayatus Salafiyah Pasuruan. Malang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*.

Silaen, S., & Heriyanto, Y. (2013). *Pengantar Statistik Sosial*. Jakarta: IN Media.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R&D*. Bandung: Alfabeta.

Watson dan Greer. (1983). *Development of Quesionnare Measure of Emotional Control*. *Journal of Psychosomatic Research. England.*

Widuri, E. L. (2012). *Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama. Humanitas*, 9 (2), 148-156.

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 10 Nomor 1 Edisi April 2025 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita

UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling
Gedung Dwitiya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991
e-mail: realita@undikma.ac.id; web: e-journal.undikma.ac.id

PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian, pengembangan atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran, pembelajaran, bimbingan dan konseling, dan Psikologi
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain,
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum 20 halaman	

5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

   Judul secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotocopy halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

   Nama-nama penulis ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

   Alamat instansi penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan, nama perguruan tinggi, kabupaten/kota, dan provinsi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik/email

   Abstrak ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 200 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

   Kata kunci (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

   Daftar Pustaka ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Mandalika.

JURNAL REALITA	VOLUME 10	NOMOR 1	EDISI April 2025	P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340

Alamat Redaksi:
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Universitas Pendidikan Mandalika
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram
Telp. (0370) 638991
Email : realita@undikma.ac.id
Web : e-journal.undikma.ac.id

ISSN 2722-7340