

HUBUNGAN *FATHER INVOLVEMENT* TERHADAP REGULASI EMOSI REMAJA AWAL

SKRIPSI

*Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan (S1)*



Oleh

APHIRSA SEMBI
NIM 22006057

**DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2026**

PERSETUJUAN SKRIPSI

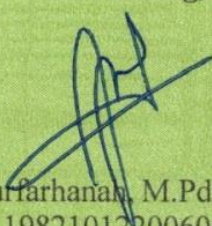
HUBUNGAN *FATHER INVOLVEMENT* TERHADAP REGULASI EMOSI PADA REMAJA AWAL

Nama : Aphirsa Sembi
NIM/BP : 22006057
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 21 Mei 2026

Disetujui oleh

Pembimbing,



Dr. Nurfarhanah, M.Pd., Kons.
NIP. 198210122006042002

Ketua Departemen,



Dr. Zadrian Ardi, M.Pd., Kons.
NIP. 199006012015041002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan *Father Involvement* Terhadap Regulasi
Emosi Pada Remaja Awal
Nama : Aphirsa Sembi
NIM : 22006057
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 21 Mei 2026

Tim Penguji,

Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Nurfarhanah, M.Pd., Kons.

1.....

2. Anggota 1 : Dr. Indah Sukmawati, M.Pd., Kons.

2.....

3. Anggota 2 : Adnan Arafani, M.Ed., Kons.

3.....

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Aphirsa Sembi
NIM/BP : 22006057
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Hubungan *Father Involvement* Terhadap Regulasi Emosi
Pada Remaja Awal

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan *Father Involvement* Terhadap Regulasi Emosi Pada Remaja Awal” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 21 Mei 2026

Saya yang menyatakan,



Aphirsa Sembi
NIM. 22006057

HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis sampaikan kepada Allah SWT, yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga dapat menyelesaikan proposal penelitian dengan judul “**Hubungan *Father Involvement* terhadap Regulasi Emosi Remaja Awal**” ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

Penulis mendapatkan banyak bantuan, masukan, nasihat dari berbagai pihak dalam menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Nurfarhanah, M.Pd., Kons. selaku Dosen Pembimbing yang telah membantu dan meluangkan waktunya dalam membimbing, memberikan arahan, ilmu dan motivasi yang sangat bermanfaat, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Ibu Dr. Indah Sukmawati, M.Pd., Kons., dan Bapak Adnan Arafani, M.Ed., Kons. selaku Dosen Kontributor yang telah meluangkan waktu dalam memberikan masukan, saran, dan arahan yang sangat membangun dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Zadrian Ardi, M.Pd., Kons. selaku Kepala Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.
4. Bapak dan Ibu dosen Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi penulis selama masa perkuliahan.

5. Bapak Ramadi selaku Staf Tata Usaha (TU) Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang yang telah memberikan pelayanan terbaik demi kelancaran administrasi dalam rangka penyelesaian skripsi ini.
6. Teristimewa untuk kedua orangtua tercinta Ayah (Syamsir. R) dan Ibu (Yeni Lena) yang telah memberikan kesempatan dan kepercayaan untuk melanjutkan pendidikan dan senantiasa selalu mengirimkan doa, dukungan materi dan support dalam segala bentuk, memberikan nasehat, serta kasih sayang tanpa batas untuk penulis.
7. Kepada sahabat penulis dari semasa SMA hingga sekarang Hasbi, Nunung, dan Kesa yang selalu memberikan dukungan dan support kepada penulis hingga terselesaikannya skripsi ini.
8. Kepada sahabat sedari awal masa perkuliahan, Melisa, Afri, Salwa yang telah kebersamai dan juga menyemangati penulis hingga saat ini.
9. Kepada semua pihak yang telah mendukung dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis mengharapkan masukan yang membangun dan berharap semoga skripsi ini memberikan manfaat kepada pembaca.

Padang, Mei 2026

Penulis

ABSTRAK

Aphirsa Sembi. 2026. Hubungan *Father Involvement* Terhadap regulasi Emosi Pada Remaja Awal. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang.

Remaja awal merupakan masa transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang cepat. Pada tahap ini, kemampuan regulasi emosi remaja idealnya mampu mengelola emosi, namun keadaan yang cenderung menyebabkan kurangnya kemampuan pengendalian emosi sehingga dapat memunculkan perilaku impulsif, kesulitan dalam hubungan sosial, serta gangguan kesejahteraan psikologis. Regulasi emosi dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya lingkungan keluarga, khususnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan. *Father involvement* merupakan keterlibatan ayah secara aktif dalam memenuhi kebutuhan emosional, sosial, dan perkembangan anak. Namun, keterlibatan ayah dalam pengasuhan masih sering kurang optimal dan penelitian mengenai peran ayah terhadap regulasi emosi remaja masih relatif terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *father involvement*, gambaran regulasi emosi, serta hubungan *father involvement* terhadap regulasi emosi pada remaja awal di SMPN 39 Padang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah siswa kelas VII dan VIII SMPN 39 Padang yang berusia 13–15 tahun dengan jumlah 259 siswa. Sampel penelitian berjumlah 157 siswa yang dipilih menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan skala Likert yang mengukur variabel *father involvement* berdasarkan aspek *engagement*, *accessibility*, dan *responsibility*, serta regulasi emosi berdasarkan aspek *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dan uji korelasi *product moment*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *father involvement* pada remaja awal berada pada kategori tinggi dan regulasi emosi juga berada pada kategori tinggi. Hasil uji korelasi menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara *father involvement* dengan regulasi emosi pada remaja awal dengan nilai korelasi sebesar $r = 0,428$ dan $p < 0,05$, yang berarti hubungan berada pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keterlibatan ayah dalam pengasuhan, maka semakin baik kemampuan regulasi emosi remaja. Oleh karena itu, diharapkan ayah dapat meningkatkan keterlibatan dalam pengasuhan, baik melalui perhatian, komunikasi, maupun dukungan emosional, agar perkembangan emosional remaja dapat berkembang secara lebih optimal.

Kata Kunci: *father involvement*, regulasi emosi, remaja awal, studi korelasio

KATA PENGANTAR

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk mengkaji pentingnya perkembangan emosional remaja awal, khususnya kemampuan mengelola dan mengekspresikan emosi secara adaptif di berbagai situasi yang dihadapi. Keluarga menjadi lingkungan awal yang berperan penting dalam proses perkembangan kemampuan regulasi emosi anak, termasuk peran ayah yang seringkali belum mendapat perhatian dalam kajian mengenai pengasuhan.

Penelitian ini mengkaji hubungan antara *father involvement* dalam pengasuhan dengan regulasi emosi pada remaja awal. Penelitian ini berdasar pada fenomena masih rendahnya partisipasi ayah dalam pengasuhan, baik secara emosional, interaksional, maupun tanggung jawab pengasuhan sehari-hari yang dapat berpengaruh pada perkembangan emosi anak. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional, yang memberikan gambaran empiris mengenai keterkaitan antara keterlibatan ayah dengan kemampuan remaja dalam mengelola emosi serta membangun respon emosional yang positif.

Penyusunan skripsi ini diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi terhadap pengembangan keilmuan, tetapi juga menjadi bahan refleksi bagi orang tua dan praktisi pendidikan mengenai pentingnya peran ayah dalam mendukung kemampuan regulasi emosi remaja.

DAFTAR ISI

HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH	i
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
GAMBAR	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Pembatasan Masalah	10
D. Rumusan Masalah	10
E. Asumsi Penelitian	11
F. Tujuan Penelitian.....	11
G. Manfaat Penelitian	11
BAB II LANDASAN TEORI	13
A. Kajian Pustaka.....	13
1. Regulasi Emosi	13
a. Pengertian Regulasi Emosi	13
b. Aspek-Aspek Regulasi Emosi.....	15
c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi	20
d. Dampak dari Regulasi Emosi.....	23
2. <i>Father Involvement</i>	25
a. Pengertian <i>Father Involvement</i>	25
b. Dimensi <i>Father Involvement</i>	26
c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi	29
d. Manfaat dari <i>Father Involvement</i>	33
3. Implikasi Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling	35
B. Penelitian Relevan.....	38
C. Kerangka Konseptual	39
D. Hipotesis Penelitian.....	40

BAB III METODE PENELITIAN	41
A. Jenis Penelitian.....	41
B. Populasi dan Sampel Penelitian	42
C. Jenis Data dan Sumber Data	45
D. Definisi Operasional.....	46
E. Instrumen dan Pengembangannya.....	46
F. Pengumpulan Data	50
G. Teknik Analisis Data	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	57
A. Hasil Penelitian	57
1. Gambaran <i>Father Involvement</i> pada remaja awal.....	57
2. Gambaran Regulasi Emosi pada remaja awal	60
3. Pengujian Prasyarat Analisis	63
a. Uji Prasyarat.....	63
b. Pengujian Hipotesis.....	66
B. Pembahasan Hasil Penelitian	67
1. <i>Father Involvement</i> Pada Remaja Awal	67
2. Regulasi Emosi Pada Remaja Awal	70
3. Hubungan <i>Father Involvement</i> Terhadap Regulasi Emosi Pada Remaja Awal	73
C. Keterbatasan Penelitian.....	74
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI PENELITIAN	76
A. Simpulan	76
B. Implikasi.....	76
C. Rekomendasi	78
REFERENSI.....	81
LAMPIRAN.....	87

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Data Populasi Penelitian.....	42
Tabel 3. 2 Sampel Penelitian	44
Tabel 3. 3 Alternatif Jawaban Kuesioner	47
Tabel 3. 4 Kisi-kisi Instrumen Regulasi Emosi.....	48
Tabel 3. 5 Kisi-kisi Instrumen <i>Father Involvement</i>	49
Tabel 3. 6 Interpretasi Koefisien Korelasi Yang Diperoleh	56
Tabel 4. 1 Gambaran <i>Father Involvement</i> pada Remaja Awal	57
Tabel 4.2 Distribusi Gambaran <i>Father Involvement</i> Secara kseseluruhan	58
Tabel 4.3 Gambaran <i>father involvement</i> berdasarkan Aspek <i>Engagement</i>	59
Tabel 4.4 Gambaran <i>father involvement</i> berdasarkan Aspek <i>Accessibility</i>	59
Tabel 4. 5 Gambaran berdasarkan Aspek <i>Responsibility</i>	60
Tabel 4. 6 Gambaran Data Regulasi Emosi Secara Keseluruhan.....	61
Tabel 4. 7 Distribusi Gambaran Regulasi Emosi Secara keseluruhan	61
Tabel 4. 8 Gambaran berdasarkan Aspek <i>Cognitive Reappraisal</i>	62
Tabel 4. 9 Gambaran berdasarkan Aspek <i>Expressive Suppression</i>	62
Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas.....	64
Tabel 4. 11 Hasil Uji Linearitas	65
Tabel 4. 12 Hasil Uji <i>Product Moment Correlation</i>	66

GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	39
---------------------------------------	----

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja awal merupakan masa transisi yang penting dalam perkembangan manusia yang ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang cepat. Pada tahap ini, idealnya remaja mampu mengenali, memahami, dan mengelola emosi dengan respon yang adaptif tanpa merugikan diri sendiri atau orang lain (Salovey & Mayer, 1990). Namun keadaan yang sering menyebabkan remaja cenderung memiliki keterbatasan dalam mengelola emosi yang muncul, yang berdampak negatif pada interaksi sosial dan kesejahteraan psikologis (Silvers et al., 2012). Remaja cenderung mengalami emosi yang intens, mudah berubah, dan sulit dikendalikan sehingga berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan perilaku maupun sosial (Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019; Dewi & Nurcahyo, 2024). Selain itu, penelitian Aprilia et al. (2025) menunjukkan bahwa sebagian remaja masih memiliki regulasi emosi pada kategori rendah dan mayoritas berada pada kategori kategori sedang, yang mengindikasikan bahwa kemampuan regulasi emosi remaja masih perlu mendapatkan perhatian. Hal ini dapat memicu perilaku impulsif dan mengganggu proses pembelajaran serta hubungan interpersonal (Zimmermann & Iwanski, 2014). Dalam konteks ini, penting untuk memahami regulasi emosi secara mendalam sebagai proses yang mempengaruhi kemampuan remaja awal dalam mengelola emosinya.

Regulasi emosi didefinisikan sebagai proses tindakan yang individu lakukan dalam mengatur dan mengelola emosi yang muncul agar sesuai dengan emosi yang seharusnya dimiliki. Regulasi emosi menggambarkan bagaimana respon seseorang pada kondisi tertentu yang didasarkan pada pengalaman emosional yang ia alami. Regulasi emosi mengacu pada usaha individu dalam menekan, memperkuat, dan mempertahankan respon emosional, yang implementasinya sangat bergantung pada kondisi dan kemampuan personal masing-masing individu (Gross, 2007). Regulasi emosi adalah kemampuan secara adaptif untuk mengendalikan emosi yang dirasakan dan diekspresikan sesuai dengan nilai sosial di lingkungan (Coon, 2005).

Pengendalian terhadap regulasi emosi tidak hanya penting dalam konteks teoritis, tetapi juga memiliki dampak nyata dalam perilaku sehari-hari. Seseorang yang memiliki regulasi emosi yang rendah biasanya akan memperlihatkan dan melampiaskan frustasinya ke orang lain atau ke diri sendiri, dan terkadang juga menampilkan ekspresi wajah yang tidak sesuai dengan norma sosial, serta kemampuan pengendalian emosi yang buruk (Vienlencia, 2021).

Berdasarkan temuan awal dengan wawancara yang dilakukan peneliti sebelum peneliti melakukan penelitian secara mendalam terhadap beberapa orang siswa SMPN 39 Padang, didapatkan hasil bahwa, beberapa remaja awal menyatakan bahwa dirinya sangat mudah mengungkapkan emosinya terhadap orang lain. Remaja tersebut mengungkapkan emosinya dengan spontan marah apabila terjadi konflik atau sesuatu yang membuatnya tidak senang. Responden

mengungkapkan bahwa ia merasa lega setelah mengungkapkan apa yang dirasakan, meskipun tidak mengetahui akibat setelahnya.

Kemampuan seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya berkaitan dengan regulasi emosi. Regulasi emosi ini berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk menunjukkan emosinya di saat yang tepat (Hendriana & Hendriani, 2015). Ketidakmampuan meregulasi emosi pada tahap remaja awal dapat terlihat dari munculnya perilaku negatif. Sebaliknya, kemampuan dalam mengelola dan meregulasi emosi pada tahap ini merefleksikan pengendalian emosi yang adaptif, yang tampak melalui kemampuan untuk memaafkan serta menjaga keseimbangan emosi dalam menghadapi berbagai kondisi (Astuti et al., 2019). Individu mempunyai berbagai cara untuk meregulasi emosi mereka, diantaranya seperti *situation selection* (pemilihan situasi), *situation modification* (merubah situasi), *attention deployment* (pengalihan perhatian), dan *cognitive change* (perubahan kognitif) (Gross, 2007).

Mencapai tugas perkembangan pada tahap remaja awal merupakan proses yang kompleks, karna individu di tahap ini akan berhadapan dengan berbagai perubahan dalam cara berpikir, pergolakan emosi, serta penyesuaian perilaku dalam upaya membentuk konsep diri dan memahami bagaimana dirinya diterima oleh lingkungan. Keluarga merupakan lingkungan pertama bagi individu untuk mulai mengenal norma dan nilai sebagai landasan dari kepribadiannya. Anak belajar mengatur emosi lebih adaptif bila orang tua

merespons emosi anak dengan penerimaan dan dukungan (Eisenberg et al., 1998).

Berbagai pola interaksi ini menggambarkan perbedaan pendekatan orang tua dalam membimbing dan membina anak. Perbedaan pola asuh dan interaksi yang diterapkan orang tua menjadi salah satu faktor utama yang mempengaruhi perkembangan emosi individu di tahap remaja (Ali & Asrori, 2012). Regulasi emosi dipengaruhi juga oleh karakteristik individu seperti tempramen, perkembangan, dan juga jenis kelaminnya. Faktor yang berpengaruh dalam meregulasi emosi diantaranya, usia, jenis kelamin, hubungan orang tua dengan anak, juga hubungan interpersonal (Fasicha, 2019).

Faktor-faktor seperti psikopatologi pada ayah dan penerapan pola asuh, jelas berkorelasi dengan munculnya kesulitan dalam regulasi emosi pada anak (Islamiah, 2023). Menurut Nurfarhanah et al., (2024) Salah satu faktor yang memengaruhi regulasi emosi adalah pendidikan. Melalui pendidikan yang diperoleh diharapkan pengetahuan dan wawasan individu akan meningkat, sehingga individu mampu mengatur dan mengelola emosi dengan baik. Regulasi emosi pun sangat dipengaruhi oleh lingkungan, terutama lingkungan keluarga yang menjadi salah satu faktor utama dalam perkembangan regulasi emosi (Goleman, 1999).

Banyak studi kasus yang membahas peran ibu secara luas dalam pendidikan dan pengasuhan anak. Namun di zaman serba teknologi ini, tidak hanya peran ibu yang dituntut dalam urusan pengasuhan anak tetapi peran ayah juga sangat diharapkan dalam proses *parenting* anaknya. *Father involvement*

diartikan sebagai keterlibatan ayah langsung secara fisik, emosional, dan kognitif dalam pengasuhan anak, dengan melibatkan interaksi langsung maupun tidak langsung, pengambilan keputusan, dan juga pemberian bantuan finansial dan emosional.

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan berperan sangat penting dalam proses perkembangan anak karena ayah memiliki peran pengasuhan yang berbeda dengan ibu. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan merupakan partisipasi positif ayah dalam berinteraksi secara langsung dengan anak, memberikan kehangatan, melakukan pengawasan, mengontrol aktivitas anak, bertanggung jawab terhadap keperluan dan kebutuhan anak (Kusumawardhani, 2018).

Seorang ayah yang perhatian dan ekspresif saat berinteraksi dalam pengasuhan anak secara langsung berdampak positif untuk membantu anak meregulasi emosi mereka (Islamiah, 2023). Menurut Mahfuza & Nurfarhanah (2024), individu dengan keluarga yang utuh cenderung menunjukkan kemampuan dalam mengelola emosi mereka dengan cukup baik, karena mendapatkan dukungan emosional yang lebih stabil.

Father involvement merupakan keterlibatan aktif seorang ayah secara langsung dan terus menerus dalam pengasuhan anak dalam setiap proses perkembangan fisik, psikos, sosial, emosi, intelektual, dan juga moral. Interaksi yang hangat dan responsif antara orang tua dengan anak berperan penting dalam mengembangkan kemampuan emosional yang positif pada anak,

sehingga anak pada tahap perkembangan remaja awal mampu mengelola dan meregulasi emosi tersebut secara lebih adaptif (Turliuc & Bujor, 2013).

Keterlibatan ayah dalam proses pengasuhan anak berperan signifikan dalam memperkuat konsep diri serta kemampuan regulasi emosi anak, yang dapat berkontribusi terhadap penurunan kecenderungan perilaku negatif (Hidayah, 2023). Lamb (2010) menyebutkan tiga aspek penting dalam keterlibatan ayah pada pengasuhan anak, diantaranya: (1) *responsibility* (tanggung jawab), (2) *accessibility* (aksesibilitas), dan (3) *paternal engagement* (keterikatan orang tua). Tanggung jawab yaitu perhatian nyata yang diberikan ayah kepada anak, termasuk dukungan finansial yang diperlukan.

Partisipasi ayah dalam pengasuhan sangat berguna dalam meregulasi emosi yang baik pada anak di usia remaja. Keterlibatan ayah yang positif dikaitkan langsung dengan perkembangan emosioal anak, emotional well-being, dan penyesuaian psikologis anak (Lamb & Tamin-LeMonda, 2010). Perkembangan emosional tersebut mencakup kemampuan anak dalam mengelola dan mengekspresikan emosi, yang dalam kajian psikologi dikenal sebagai regulasi emosi.

Kemampuan seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya berkaitan dengan regulasi emosi. Regulasi emosi berkaitan erat dengan keterampilan individu untuk mengekspresikan emosinya secara tepat, baik dari segi waktu maupun kondisi, sehingga respon emosional yang ditampilkan menjadi lebih mudah menyesuaikan dengan konteks sosial yang dihadapi (Hendriana & Hendriani, 2015). Berdasarkan wawancara dengan beberapa

siswa di SMPN 39 Padang, siswa fase remaja awal dengan kemampuan regulasi emosi yang rendah umumnya jarang berinteraksi dengan ayah mereka, bahkan kerap dibandingkan dengan orang lain, dan merasa di *judge* oleh ayahnya sendiri. Hal ini memperkuat dugaan bahwa kurangnya keterlibatan emosional ayah dapat berdampak pada kesulitan anak dalam mengelola emosi secara sehat.

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa keterlibatan ayah bukan hanya berpengaruh terhadap perkembangan kognitif dan sosial anak, tapi juga berpengaruh pada regulasi emosi (Cabrera, 2020). Tidak telibatnya figur ayah dapat meningkatkan kerentanan individu terhadap perasaan cemburu, sedih, dan kesepian, serta menimbulkan rasa kehilangan yang mendalam, kurangnya inisiatif, lemahnya kontrol diri dan emosi, kurangnya keberanian dalam mengambil risiko, dan kecenderungan terhadap sifat-sifat neurotik (Vironica et al., 2022).

Dalam beberapa tinjauan sistematis menekankan bahwa riset tentang keterlibatan ayah juga jauh lebih sedikit dibandingkan kajian mengenai peran ibu dalam pengasuhan anak. Studi oleh Aisyah Durrotun Nafisah, (2023) dengan menggunakan metode kajian pustaka sistematis terhadap 10 artikel dalam 10 tahun terakhir, yang menyimpulkan bahwa riset tentang keterlibatan ayah masih sangat terbatas dan lebih banyak fokus pada ibu.

Penelitian yang dilakukan oleh Septiani & Nasution (2017) mengemukakan adanya hubungan yang spesifik mengenai peran keterlibatan ayah dalam pengasuhan yang berdampak pada kemampuan anak dalam

mengatur emosinya yang secara eksplisit menelaah peran ayah terhadap perkembangan regulasi emosi anak.. Kajian ini sejalan dengan hasil penelitian (Islamiah, 2023), yang menjelaskan bahwa perhatian dan interaksi yang diberikan ayah berkontribusi dalam mendistribusikan emosi positif, mendukung perkembangan kemampuan regulasi emosi, serta mampu mendorong kestabilan emosional dan penurunan emosi negatif yang muncul.

Penelitian ini didasarkan pada teori utama *father involvement* yang dikemukakan oleh Lamb (2010) serta teori regulasi emosi dari Gross (2014), keterlibatan ayah yang hangat dan responsif menyediakan lingkungan emosional yang aman bagi remaja untuk mengenali dan mengelola emosinya. Sejalan dengan itu, teori Gross menegaskan bahwa regulasi emosi berkembang melalui proses pembelajaran dan interaksi sosial khususnya dengan ayah sebagai model utama pengelolaan emosi, oleh karena itu, keterlibatan ayah yang positif berkontribusi langsung terhadap terbentuknya kemampuan regulasi emosi remaja yang adaptif.

Teori Lamb tidak menetapkan batasan usia, melainkan merupakan proses yang berlangsung sepanjang perkembangan anak, dengan fokus utamanya pada kualitas keterlibatan ayah, bukan fase usia tertentu. Sementara itu, Gross menjelaskan bahwa regulasi emosi pada masa remaja awal menjadi aspek penting dalam menghadapi perubahan emosional. Penelitian ini mengukur peran keterlibatan ayah, dimana figur pengganti ayah seperti ayah tiri, paman, atau saudara laki-laki tetap dapat termasuk dalam pengukuran

variabel *father involvement* apabila memenuhi aspek dan dimensi keterlibatan ayah sebagaimana dijelaskan dalam teori Lamb.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian ini bertujuan untuk menguji perilaku regulasi emosi, yaitu kemampuan dalam mengendalikan, mengekspresikan, serta mengelola emosi negatif menjadi respon yang lebih positif yang dapat dipengaruhi oleh *father involvement* dalam pengasuhan. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan *Father Involvement* terhadap Regulasi Emosi Remaja Awal”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan, maka dapat diidentifikasi bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan individu mengendalikan dan mengekspresikan emosi secara adaptif yang sesuai dengan nilai sosial di lingkungan (Coon, 2005). Namun, tidak semua individu, khususnya pada tahap remaja memiliki keterampilan regulasi emosi dengan baik. Permasalahan ini memiliki landasan yang kuat, melihat dari beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa keterlibatan ayah berkontribusi pada perkembangan regulasi emosi, tapi masih banyak ayah dengan keterlibatan yang rendah dalam pengasuhan. Urgensi penelitian ini juga diperkuat oleh kurangnya studi ilmiah mengenai *father involvement*.

Rendahnya regulasi emosi dapat menyebabkan perilaku negatif seperti agresivitas, kontrol diri yang destruktif, serta kesulitan dalam berinteraksi dengan masyarakat atau lingkungan sosial (Tambunan & Ediaty, 2016). Faktor

yang sangat berpengaruh dalam perkembangan emosi individu di tahap remaja seperti perbedaan pola asuh dan interaksi yang diterapkan orang tua, atau juga faktor yang disebutkan dalam kajian Islamiah et al., (2023) seperti psikopatologi pada ayah dan penerapan pola asuh otoriter, jelas berkorelasi dengan munculnya kesulitan regulasi emosi pada anak. Faktor lingkungan, khususnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan, berperan signifikan dalam membentuk kemampuan regulasi emosi, namun keterlibatan ayah dalam pengasuhan seringkali masih rendah dan kurang optimal.

Penelitian tentang *father involvement* terhadap regulasi emosi masih relatif sedikit. Fenomena menerangkan bahwa remaja dengan regulasi emosi yang rendah seringkali jarang berinteraksi dengan ayah mereka, bahkan merasa dihakimi, yang menyebabkan kemampuan mereka dalam mengelola emosi dengan buruk.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka yang menjadi batasan masalah dalam penelitian ini adalah hubungan *father involvement* terhadap regulasi emosi pada remaja awal.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan sebelumnya, maka permasalahan utama yang dibahas di dalam penelitian ini ialah: Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *father involvement* terhadap regulasi emosi pada remaja awal.

E. Asumsi Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan. Adapun asumsi penelitian yaitu:

1. Setiap individu memiliki regulasi emosi yang berbeda-beda
2. Remaja awal memiliki perbedaan dalam tingkat keterlibatan ayah dalam pengasuhan

F. Tujuan Penelitian

Sehubung dengan rumusan masalah sebelumnya, maka tujuan dari kajian ini yaitu:

1. Menjelaskan gambaran regulasi emosi pada remaja awal
2. Menjelaskan gambaran *father involvement* pada remaja awal
3. Menjelaskan analisis hubungan *father involvement* terhadap regulasi emosi pada remaja awal di SMPN 39 Padang

G. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, maka manfaat yang ingin diperoleh dalam penelitian ini ada dua yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Sebagai sumbangan pemikiran dan ilmu pengetahuan dalam bidang studi bimbingan dan konseling, terutama hubungan *father involvement* terhadap regulasi emosi pada remaja awal.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat praktis bagi berbagai pihak, antara lain:

a. Bagi orang tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan pemahaman bagi orang tua, khususnya ayah, mengenai pentingnya keterlibatan ayah dalam perkembangan emosional remaja awal. Penelitian ini memberikan gambaran bahwa keterlibatan ayah memiliki hubungan dengan kemampuan anak dalam mengelola emosi.

b. Bagi guru BK

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi pihak sekolah khususnya guru BK, dalam memahami peran keluarga terhadap perkembangan emosional peserta didik. Guru BK dapat menjalin kolaborasi dengan orang tua, khususnya ayah, melalui program parenting atau kegiatan yang mendukung perkembangan emosi remaja.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan menjadi sumber referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji keterlibatan ayah dengan regulasi emosi. Peneliti selanjutnya dapat memperluas karakteristik subjek pada tahap perkembangan yang berbeda, menambahkan variabel lain, ataupun menggunakan pendekatan metodologis yang berbeda.

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI PENELITIAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan terhadap siswa SMPN 39 Padang, maka ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran *father involvement* pada remaja awal mayoritas menggambarkan bahwa ayah telah terlibat secara baik dalam pengasuhan, baik dalam aspek *engagement*, *accessibility*, maupun *responsibility*.
2. Gambaran regulasi emosi pada remaja awal menunjukkan bahwa remaja telah memiliki kemampuan yang baik dalam mengelola emosi, baik dalam aspek *cognitive reappraisal* maupun *expressive suppression*.
3. Terdapat hubungan positif antara *father involvement* dengan regulasi emosi pada remaja awal. Dengan demikian, diartikan bahwa jika *father involvement* tinggi, maka regulasi emosi juga ikut tinggi, begitupun sebaliknya.

B. Implikasi

1. Implikasi Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling

Pertama, layanan informasi dapat diberikan kepada siswa dan orang tua mengenai pentingnya regulasi emosi dan peran keterlibatan ayah dalam mendukung perkembangan emosional. Layanan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran kedua belah pihak terkait pentingnya hubungan emosional dalam keluarga.

Kedua, layanan konseling individu dapat digunakan untuk membantu siswa yang mengalami kesulitan dalam mengelola emosi. Dalam proses konseling, konselor dapat mengeksplorasi latar belakang keluarga siswa, termasuk kualitas hubungan dengan ayah, sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kondisi emosional siswa. Intervensi dapat difokuskan pada pengembangan strategi regulasi emosi yang adaptif, seperti *cognitive reappraisal*.

Ketiga, layanan bimbingan kelompok dapat dimanfaatkan untuk memberikan ruang bagi siswa dalam berbagi pengalaman, belajar dari teman sebaya, serta mengembangkan keterampilan sosial dan emosional. Prayitno (2017), menjelaskan layanan bimbingan kelompok adalah layanan konseling yang berguna untuk mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal dalam pemecahan masalah individu yang menjadi kepedulian bersama. Melalui dinamika kelompok, siswa dapat belajar mengelola emosi, meningkatkan empati, serta memperoleh dukungan sosial yang positif. Sedangkan menurut Oktavia, Zikra, & Nurfarhanah (2016), layanan bimbingan kelompok ialah salah satu layanan BK yang ditujukan kepada beberapa orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memperoleh informasi dan pemahaman baru.

C. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan simpulan yang telah diuraikan, peneliti mengajukan beberapa rekomendasi sebagai berikut:

1. Bagi Guru BK di Sekolah

Guru BK dapat mengembangkan program yang secara khusus berfokus pada peningkatan kemampuan regulasi emosi siswa, terutama bagi siswa yang teridentifikasi memiliki tingkat regulasi emosi rendah. Program tersebut dapat berupa pelatihan keterampilan regulasi emosi seperti pengenalan emosi, pengelolaan emosi negatif, serta pengembangan strategi *cognitive reappraisal*.

Selain itu, guru BK perlu menyusun program keterlibatan orang tua yang lebih terarah, khususnya dengan melibatkan peran ayah dalam kegiatan sekolah. Bentuk operasionalnya dapat berupa seminar parenting, kegiatan “hari keterlibatan ayah”, serta forum komunikasi antara ayah dan anak. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan partisipasi ayah dalam pengasuhan, sehingga dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan emosional siswa.

Guru BK diharapkan dapat mengembangkan layanan yang lebih spesifik dalam membantu siswa meningkatkan regulasi emosi, baik melalui layanan konseling individu, bimbingan kelompok, maupun layanan klasikal. Intervensi yang diberikan dapat difokuskan pada pengembangan strategi regulasi emosi adaptif, seperti kemampuan mengelola pikiran negatif dan mengekspresikan emosi secara sehat.

Selain itu, guru BK disarankan untuk menjalin kolaborasi dengan orang tua, khususnya ayah, dalam proses konseling siswa. Hal ini dapat dilakukan melalui komunikasi rutin, konsultasi orang tua, maupun keterlibatan dalam program sekolah, sehingga intervensi yang diberikan tidak hanya berfokus pada siswa tetapi juga lingkungan keluarga.

2. Bagi Orang Tua

Ayah dapat lebih meningkatkan keterlibatan dalam pengasuhan anak, tidak hanya dalam aspek pemenuhan kebutuhan materi, tetapi juga dalam aspek emosional dan komunikasi. Bentuk keterlibatan yang dapat dilakukan secara konkret antara lain lebih meluangkan waktu untuk berinteraksi dengan anak, mendengarkan permasalahan yang dihadapi anak, serta memberikan dukungan emosional yang positif.

Selain itu, ayah disarankan untuk menjadi model dalam pengelolaan emosi yang baik, karena anak cenderung meniru perilaku orang tua dalam mengekspresikan emosi. Orang tua juga perlu menjalin komunikasi yang terbuka dan hangat dengan anak, sehingga anak merasa aman dalam mengekspresikan emosi dan tidak memendam perasaan yang dapat berdampak negatif terhadap kondisi psikologisnya.

3. Bagi Siswa

Siswa dapat lebih aktif dalam mengembangkan kemampuan regulasi emosi, seperti belajar mengenali emosi yang dirasakan, mengelola respon terhadap situasi yang menekan, serta mengembangkan cara berpikir yang lebih positif terhadap permasalahan yang dihadapi. Siswa juga disarankan

untuk membangun komunikasi yang lebih terbuka dengan orang tua, khususnya ayah, serta mencari dukungan dari lingkungan sekitar seperti guru atau teman sebaya ketika mengalami kesulitan emosional.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain yang dapat mempengaruhi regulasi emosi, seperti pola asuh ibu, dukungan sosial, atau faktor kepribadian. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan pendekatan metode campuran (*mixed methods*) agar memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika hubungan antara keterlibatan ayah dan regulasi emosi. Peneliti juga disarankan untuk memperluas cakupan subjek penelitian, baik dari segi usia, jenjang pendidikan, maupun latar belakang budaya, sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas.

REFERENSI

- Aisyah, D. N., Yuli, . S., & Siti, N. (2023). The Impact of *Father Involvement* in the Early Childhood Problematic Behavior. *JPUD - Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 17(1), 14–30.
- Ali, M., & Asrori, M. (2012). *Psikologi Remaja Perkembangan Siswa*. Pt Bumi Aksara.
- Allen, S. M., & Daly, K. J. (2007). The Effects of *Father Involvement* : An Updated Summary of the Evidence. In *Work* (Vol. 7, Issue May).
- Aninditha, R., & Boediman, L. M. (2021). *Father Involvement* as Moderator: Does Father's Emotional Regulation Influence Preschooler's Emotional Regulation?. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 18(1), 228–242.
- Annisa, R. F., Nurfarhanah, Firman, & Hariko, R. (2024). The role of emotional regulation and self-efficacy toward students' academic resilience. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 13(2).
- Aprilia, R. D., Wijaya, H. G., & Sulistiani, W. (2025). Regulasi emosi pada remaja SMP X di Pesisir Kenjeran Surabaya. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(1), 11456–11464.
- Arikunto, S. (2005). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Astuti, D., Wasidi, W., & Sinthia, R. (2019). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku Memafkan Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 1–10.
- Azwar, S. (2022). *Metode Penelitian Psikologi II* (Ed. 15). Pustaka Pelajar.
- Cabrera, N. J. V. L. & B. R. (2020). *fathers are parents, too! widening the lens on parenting for children's development*. 1–7.
- Carr, A. (2013). Positive psychology: The science of happiness and human strengths. *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*, 1–432.
- Coon, D. (2005). Psychology A Journey. *Thomson Learning, Inc.*, 7(2), 809–820.
- Dennis, T. A. (2007). Interactions between emotion regulation strategies and affective style: Implications for trait anxiety versus depressed mood. *Motivation and Emotion*, 31(3), 200–207.
- Dewi, P. A. R. K., & Nurcahyo, F. A. (2024). Peran keterlibatan ayah terhadap regulasi emosi remaja. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1).

- Doherty, W. J., Kouneski, E. F., & Erickson, M. F. (1998). Responsible Fathering: An Overview and Conceptual Framework. *Journal of Marriage and the Family*, 60(2), 277.
- Eisenberg, N., Wentzel, M., & Harris, J. D. (1998). The role of emotionality and regulation in empathy-related responding. In *School Psychology Review* (Vol. 27, Issue 4).
- Fasicha, N. (2019). Hubungan Kesulitan Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan pada Orang Tua yang Memiliki Anak dengan Disabilitas Intelektual Di SLB C Swasta Kota Semarang. *Universitas Negeri Semarang*, 1–81.
- Garbarino, J., & Benn, J. L. (2017). The Ecology of Childbearing and Child Rearing. *Children and Families in the Social Environment: Modern Applications of Social Work*, 133–177.
- Goldin, P. R., McRae, K., Ramel, W., & Gross, J. J. (2008). The Neural Bases of Emotion Regulation: Reappraisal and Suppression of Negative Emotion. In *Biological Psychiatry* (Vol. 63, Issue 6).
- Goleman, D. (1999). Kecerdasan Emosional Untuk Mencapai Prestasi (Terjemahan Alex Tri KW). *PT Gramedia Pustaka Utama*.
- Gross Ph. D., J. J. (ed.). (2007). *Handbook of emotion regulation*. Guilford Press.
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299.
- Gross, J. J. (2014). Handbook Of Emotion Regulation (Second Edition). In *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 58–75). Guilford Press.
- Gross, J. J., Sheppes, G., & Urry, H. L. (2011). Taking one's lumps while doing the splits: A big tent perspective on emotion generation and emotion regulation. In *Cognition and Emotion* (Vol. 25, Issue 5).
- Hasmarlin, H., & Hirmaningsih, H. (2019). Self-compassion dan regulasi emosi pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 148–156.
- Hawkins, A., Bradford, K., Palkovitz, R., Christiansen, S., Day, R., & Call, V. (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.
- Hendriana, A. A., & Hendriani, W. (2015). Regulasi emosi pada wanita dewasa awal yang ditolak cintanya (studi kasus pada cinta tak terbalas). *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 4(1), 57–62.
- Hendrikson. (2013). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Emosi*. Gramedia.

- Hidayah, N., Ramli, A., & Tassia, F. (2023). Fatherless Effects On Individual Development; An Analysis Of Psychological Point Of View And Islamic Perspective. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 754–766.
- Irianto, A. (2016). *Statistik (Konsep Dasar, Aplikasi dan Pengembangannya)* (keempat). Jakarta: Kencana.
- Islamiah, N., Breinholst, S., Walczak, M. A., & Esbjørn, B. H. (2023). The role of fathers in children's emotion regulation development: A systematic review. *Infant and Child Development*, 32(2).
- Joormann, J., & Gotlib, I. H. (2010). Emotion regulation in depression: Relation to cognitive inhibition. In *Cognition and Emotion* (Vol. 24, Issue 2).
- Kippax, S., Crawford, J., Benton, P., Gault, U., & Noesjirwan, J. (1992). *Emotion and gender: Constructing meaning from memory . Gender and Constructing emotions: Weaving meaning from memories* (Issue July 2017). Sage Publications, Inc.
- Kusumawardhani, I. S., Safitri, J., & Zwagery, R. V. (2018). Hubungan Antara Persepsi Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan dengan Grit pada Peserta Didik Kelas Sembilan SMPN 1 Banjarbaru. *Jurnal Kognisia*, 1(2), 70–76.
- Lamb, M. E. (2010). How Do Fathers Influence Children's Development? Let Me Count the Ways. *The Role of Father in Child Development*. John Wiley & Sons.
- Lamb, M. E., & Tamis-LeMonda, C. S. (2010). The role of the father: An introduction. In *The role of the father in child development*. John Wiley & Sons.
- Mahfuza, F., & Nurfarhanah, N. (2024). Perbedaan Kematangan Emosi Siswa Berdasarkan Keutuhan Keluarga. *Ahkam*, 3(4), 635–651.
- Nisfiannoor, M., & Kartika, Y. (2004). Hubungan antara Regulasi Emosi dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 2(2), 160.
- Nurfarhanah, N., Ceria, P., & Karina, A. A. (2024). Emotional regulation of students in following online learning: What are the implications of counseling? *ProGCouns: Journal of Professionals in Guidance and Counseling*, 5(2), 127–133.
- Nurfarhanah, N., & Karina, A. A. (2023). Emotional regulation and resilience of students writing thesis in higher education. *Konselor*, 12(2), 56–64.
- Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2008). Cognitive emotion regulation: Insights from social cognitive and affective neuroscience. In *Current Directions in Psychological Science* (Vol. 17, Issue 2).
- Oktavia, E., Zikra., & Nurfarhanah. (2016). Konsep diri penyandang tuna netra dan

- implikasinya terhadap layanan bimbingan dan konseling. *Jurnal Konselor*. 5(4), 229-237
- Paramita, R. W. D. (2015). Buku Ajar Metodologi Penelitian Kuantitatif. *Angewandte Chemie International Edition*, 5–24.
- Prabawati, T. (2024). Hubungan antara fatherless dengan regulasi emosi remaja kelas XI di SMK Negeri 10 Semarang (Skripsi, Universitas Islam Sultan Agung).
- Prayitno & Amti, E (2004). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prayitno. (2017). *Konseling profesional yang berhasil; layanan dan kegiatan yang mendukung*. Jakarta: Rajawali Press
- Puglisi, N., Rattaz, V., Favez, N., & Tissot, H. (2024). Father involvement and emotion regulation during early childhood: a systematic review. *BMC Psychology*, 12(1).
- Rahma, F. M. (2017). *Efektivitas Pelatihan Regulasi Emosi Dalam Menurunkan Perilaku Agresif Anak Asuh*. Surabaya : Uptd Kamri (Kampung Anak Negeri).
- Safaria, T., & Saputra, N. E. (2009). Manajemen emosi : sebuah panduan cerdas bagaimana mengelola emosi positif dalam hidup anda. In *Bumi Aksara*. Bumi Aksara.
- Saleh, A. A. (2018). *Pengantar Psikologi*. Aksara Timur.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211.
- Septiani D, & Nasution I. (2017). Perkembangan regulasi emosi anak dilihat dari peran keterlibatan ayah dalam pengasuhan. *Psychopolytan (Jurnal Psikologi)*, 1, 23–30.
- Shisilia, S. G., & Oktaviana, M. (2024). Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Subjective Well-Being pada Guru SLB. In *Journal on Education* (Vol. 6, Issue 4).
- Silvers, J. A., McRae, K., Gabrieli, J. D., Gross, J. J., & Ochsner, K. N. (2012). Age-related differences in emotional reactivity, regulation, and rejection sensitivity in adolescence. *Emotion*, 12(6), 1235-1247.
- Strongman, K. T. (2003). *The Psychology of Emotion: From Everyday Life to Theory*. Wiley, 5, 1–340.
- Sugiono. (2010). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif. pdf. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*.

- Sugiono. (2015). Metode Penelitian Metode Penelitian. *Metode Penelitian Kualitatif*, 17, 43.
- Surahman, B. (2021). Korelasi Pola Asuh Attachment Parenting Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini. *CV. Zigie Utama*, 86.
- Tambunan, Y. A. T., & Ediati, A. (2016). Problem emosi remaja ditinjau dari pola asuh orangtua: studi komparasi pada siswa SMA Parulian 1 Medan. *Empati*, 5(2), 340–347.
- Thompson, R. A. (1991). Emotional regulation and emotional development. *Educational Psychology Review*, 3(4), 269–307.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion Regulation: a Theme in Search of Definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2–3), 25–52.
- Turliuc, M. N., & Bujor, L. (2013). Emotion Regulation between Determinants and Consequences. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 76, 848–852.
- Van Lissa, C. J., Keizer, R., Van Lier, P. A. C., Meeus, W. H. J., & Branje, S. (2019). The role of fathers' versus mothers' parenting in emotion-regulation development from mid-late adolescence: Disentangling between-family differences from within-family effects. *Developmental Psychology*, 55(2), 377–389.
- Vienlentina, R. (2021). Peran Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Regulasi Emosi Anak Dalam Belajar. *Satya Sastraharing: Jurnal Manajemen*, 5(2), 35–46.
- Vironica, R., Putri, W. P., Yuliasuti, R., & Kusmiati, E. (2022). Gambaran Harga Diri Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Fatherless Akibat Perceraian Orang Tua. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 7(3), 1–10.
- Yendi, F. M., Ardi, Z., & Ifdil, I. (2013). Pelayanan konseling untuk remaja putri usia pernikahan. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. 1(2).
- Yolanda, W. G., & Wismanto, Y. B. (2017). Perbedaan Regulasi Emosi dan Jenis Kelamin pada Mahasiswa yang Bersuku Batak dan Jawa. *Psikodimensia*, 16(1), 72.
- Winarsunu, T. (2022). *Statistik Dalam Penelitian Psikologi & Pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Yusuf, A. M. (2014). *Metodologi penelitian (Dasar-dasar penyelidikan ilmiah)*. Padang: UNP Press.
- Zimmermann, P., & Iwanski, A. (2014). Emotion regulation from early adolescence to emerging adulthood and middle adulthood: Age differences, gender differences, and emotion-specific developmental variations. *International*

Journal of Behavioral Development, 38(2), 182-194.

Zonya, O. L., & Sano, A. (2019). Differences in The Emotional Regulation of Male and Female Students. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3), 1–5.