



## Regulasi Emosi Cognitive Reappraisal Remaja Broken Home Ditinjau Dari Pola Asuh Otoriter dan Kualitas Persahabatan

Josefanny, Ersan Lanang Sanjaya

Universitas Ciputra,

### Info Artikel

*Sejarah artikel:*

Diterima 12-09-2021

Disetujui 30-12-2021.

Dipublikasi 31-12-2021

*Keywords:*

Kualitas Persahabatan, Pola Asuh Otoriter, Regulasi Emosi, Remaja, Remaja Broken Home.

DOI 10.15294/ijgc.v10i2.49845

### Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh antara pola asuh otoriter dan kualitas persahabatan dengan terhadap regulasi emosi *cognitive reappraisal* pada remaja *broken home*. Penulisan ini difokuskan kepada regulasi emosi *cognitive reappraisal* karena regulasi emosi tersebut mengubah situasi menjadi positif sehingga sesuai dengan remaja dengan kondisi *broken home*. Instrumen penelitian menggunakan skala *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) oleh Gross & John (2003), skala *Parental Authority Questionnaire* (PAQ) oleh John R. Buri (1991), dan *Friendship Quality Questionnaire* (FQQ) oleh Jeffrey G, Parker & Steven R. Asher (1993). Penelitian dilakukan dengan metode kuantitatif desain korelasional menggunakan linear berganda kepada 100 subjek remaja *broken home* berusia 12-24 tahun di Indonesia. Data diambil dengan menyebarkan kuesioner online dalam bentuk *google form* melalui teknik *accidental* sampling pada sosial media seperti *tiktok* dan *instagram*. Hasil menunjukkan variabel pola asuh otoriter dan variabel kualitas persahabatan secara bersama-sama mempengaruhi regulasi emosi *cognitive reappraisal* pada remaja *broken home*.

### Abstract

The study was conducted to determine the influence between authoritarian parenting and friendship quality on cognitive reappraisal emotion regulation in broken home adolescents. This writing is focused on the cognitive reappraisal emotion regulation because the emotion regulation tend to changes the situation into a positive ways so that it suits adolescents with broken home conditions. The research instrument used the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) scale by Gross & John (2003), the Parental Authority Questionnaire (PAQ) scale by John R. Buri (1991), and the Friendship Quality Questionnaire (FQQ) by Jeffrey G, Parker & Steven R. Asher (1993). The study was conducted with quantitative methods of correlational design with multiple linear to 100 broken home adolescents subjects at the age between 12-24 years in Indonesia. Data was taken by distributing online questionnaires (google form) through accidental sampling technique on social media such as tiktok and instagram. The results showed authoritarian parenting variables and friendship quality variables simultaneously affected the cognitive reappraisal emotion regulation in broken home adolescents.

**How to cite:** Josefanny, J., & Sanjaya, E. (2022). Regulasi Emosi Cognitive Reappraisal Remaja Broken Home Ditinjau Dari Pola Asuh Otoriter dan Kualitas Persahabatan. Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application, 10(2), 67-80. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v10i2.49845>

This article is licensed under: CC-BY

© Universitas Negeri Semarang 2021

e-ISSN 2597-6133, p-ISSN 2252-6374

✉ Alamat korespondensi:

Universitas Ciputra, Surabaya, Indonesia.

Email : josefannys01@student.ciputra.ac.id

## PENDAHULUAN

Masa remaja (*adolescent*) merupakan masa perubahan antara kanak-kanak dan dewasa (Santrock, 2003). Hall (dalam Santrock, 2012) menetapkan usia remaja pada rentang umur 12 hingga 24 tahun. Pada masa ini remaja diupayakan untuk melepas sikap kekanakan dan beralih menjadi dewasa (Ali & Asrori, 2006). Namun di masa ini juga remaja mengalami emosi yang tidak stabil, perasaan labil, ataupun krisis identitas dalam pencarian jati dirinya. Hal tersebut terjadi karena remaja memiliki antusiasme yang tinggi namun sebaliknya memiliki pengendalian emosi yang rendah. Hasil penelitian menurut Nadeak (2014) menunjukkan bahwa terdapat faktor yang memiliki pengaruh yang menonjol pada remaja yaitu perpisahan orangtua, tidak adanya komunikasi antara sesama anggota keluarga, pola asuh orangtua yang buruk, pengaruh lingkungan teman atau *peer*, dan organisasinya. Lestari (2012) mengungkapkan bahwa bentuk perhatian utama yang dibutuhkan oleh remaja pada masa ini adalah keluarga sebagai pengampu pokok dimana terdapat ikatan dan struktur didalamnya. Hal ini menjadi lebih sulit terpenuhi ketika remaja dalam lingkungan dengan orang tua yang bercerai.

Berdasarkan data dari Badan Peradilan Mahkamah Agung (2020) yang dilansir dari *merdeka.com* pada tahun 2018 kasus mencapai 444.358 dan pada tahun 2020 per Agustus kasus perceraian menjangkau 306.688 kasus. Kondisi keluarga *broken home* memiliki dampak besar terhadap kondisi psikologis remaja antara lain rasa sedih, kesepian, merasa tidak beruntung, rasa tidak dilindungi, dan regulasi emosi yang negatif (Sarhini dalam Viranda, 2014). Tetapi hal tersebut tidak akan terjadi apabila remaja memiliki regulasi emosi yang baik seperti pendapat Morris, Silk, Steinberg, Myers & Robinson (2007) bahwa seseorang yang mampu mengatur dan mengelola emosinya dengan baik akan mampu menghadapi situasi yang sulit.

Regulasi emosi adalah bagaimana seseorang mampu untuk mengendalikan emosinya, memahaminya, dan mengutarakannya sehingga tidak dikendalikan oleh emosinya (Gross, 1998). Gross dan John (2003) menyatakan bahwa regulasi emosi dibedakan menjadi dua strategi yaitu *cognitive reappraisal* yaitu modifikasi pola pikir terhadap suatu situasi yang mampu menampakkan dan mengubah emosi yang dirasakan dan *expressive suppression* yaitu penyesuaian respon dari seseorang dalam menunda ataupun mengekspresikan emosinya. Banyak penelitian menemukan bahwa strategi emosi *cognitive reappraisal* cenderung lebih memberikan dampak baik dibandingkan *expressive suppression* dikarenakan mampu mengekspresikan emosi positif, optimis, harga diri yang efektif, dan gejala depresi yang rendah (Gross & John, 2003; Nezlek & Kupens, 2008). Regulasi emosi memiliki peran penting untuk remaja *broken home* dikarenakan perceraian

membawa dampak yang serius bagi mereka yaitu depresi, stres, serta perubahan emosi drastis (Dagun, 2013). Sehingga, apabila regulasi emosi bisa dilakukan dengan efektif sebagai *coping strategy*, hal ini akan membantu mengatasi permasalahan negatif dari para remaja dengan orangtua bercerai (Morris, Silk, Steinberg, Myers & Robinson, 2007). Penelitian terkait regulasi emosi sudah banyak dilakukan, misalnya penelitian oleh Rahma, Loekmono, dan Irawan (2018) mengenai hubungan antara kelekatan orangtua dengan regulasi emosi. Tetapi, penelitian yang membicarakan mengenai regulasi emosi *cognitive reappraisal* masih perlu kajian lebih lanjut. Peneliti tertarik untuk meneliti regulasi emosi *cognitive reappraisal* secara spesifik karena strategi emosi tersebut akan memberikan dampak baik terutama pada remaja yang *broken home* yang dinilai memiliki regulasi emosi yang buruk.

Selain itu, menurut Bandura (dalam Santrock, 2021) regulasi emosi yang baik tidak akan didapatkan secara tiba-tiba, namun diperlukan pengajaran dari lingkungan terdekat. Sedangkan lingkungan terdekat bagi remaja adalah orangtuanya menyangkut pola asuh. Pola asuh dapat diartikan sebagai suatu perilaku relatif yang diterapkan dan ditanamkan kepada anak (Petranto dalam Suarsini, 2013). Hetherington (Santrock, 2003) mengatakan bahwa penyelesaian masalah dan pengendalian emosi remaja rata-rata akan menjadi lebih efektif apabila orang tua yang berpisah menjalin hubungan yang baik dan mampu memakai pola asuh yang tepat. Tetapi, masih banyak orang tua yang salah menanamkan pola asuh antara lain pola asuh otoriter, yakni merupakan perilaku orang tua yang cenderung menuntut dan bersikap keras kepada anak (Barnadib dalam Aisyah, 2010). Sedangkan, penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja yang memiliki perilaku nakal dan negatif dilatar belakang oleh kondisi keluarga yang tidak memberikan pola asuh yang sesuai (Odebumi dalam Okorududu, 2010).

Kemampuan regulasi emosi remaja juga dapat dipengaruhi oleh kualitas persahabatan yang dimiliki oleh remaja. Kualitas persahabatan merupakan hubungan pertemanan yang melingkupi perilaku saling membantu, rasa percaya, dan rasa aman (Mendelson dalam Brendgen et al., 2001). Pada masa remaja ini, peran dari sahabat atau *peer* sangat besar (Wahyudinata, 2007). Seringkali, remaja bercerita kepada sahabatnya mengenai suatu masalah yang tidak bisa dibicarakan bersama orangtua ataupun orang lain (Hurlock, 1991). Oleh karena itu, kualitas persahabatan memiliki keuntungan bagi remaja dalam meregulasi

emosinya karena dapat meningkatkan ketentraman secara psikis (Falki & Khatoon, 2016).

Penelitian sebelumnya oleh Putri dan Coralia (2019) terkait hubungan antara regulasi emosi dan kualitas persahabatan mendapatkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dari sahabat dengan regulasi emosi remaja dalam konteks positif. Kemudian penelitian oleh Kurniasih (2013) terkait regulasi emosi pada remaja yang memiliki pola asuh otoriter menghasilkan kesimpulan bahwa mayoritas remaja yang memiliki pola asuh otoriter memiliki tindakan khusus yaitu cenderung mengubah emosinya ke arah yang positif (*cognitive reappraisal*) dalam menangani regulasi emosinya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh antara variabel pola asuh otoriter dan variabel kualitas persahabatan terhadap regulasi emosi *cognitive reappraisal* pada remaja *broken home*. Hipotesis penelitian mengutarakan bahwa terdapat pengaruh antara pola asuh otoriter dan kualitas persahabatan terhadap regulasi emosi *cognitive reappraisal* remaja *broken home*. Hasil dari penelitian ini juga diharapkan dapat berguna untuk peneliti selanjutnya terutama untuk menemukan respon baru terkait variabel.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif korelasional, hal ini untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh antara variabel (Creswell, 2014). Sampel dari penelitian ini dilakukan kepada 100 remaja awal sampai akhir pada rentang umur 12-24 tahun yang memiliki orangtua bercerai di Indonesia. Data diambil dengan menyebarkan kuesioner online dalam bentuk *google form* melalui teknik *accidental* sampling pada sosial media seperti *tiktok* dan *instagram*. Partisipan diberikan *informed consent* pada *google form* sebelum mengisi. Perhitungan statistik dilakukan menggunakan aplikasi JASP. Selain itu, uji bahasa juga dilakukan kepada 5 orang.

Variabel terikat pada penelitian ini adalah regulasi emosi *cognitive reappraisal*. Regulasi emosi bisa diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mengendalikan, memahami, dan mengutarakan emosinya. Regulasi emosi memiliki dua aspek yaitu *cognitive reappraisal* (mengubah emosi yang dirasakan) dan *expressive suppression* (menunda pengekspresian emosi). Pada penelitian ini, regulasi emosi difokuskan pada strategi *cognitive reappraisal* karena peneliti ingin mengkaji lebih lanjut mengenai strategi emosi yang lebih spesifik terhadap variabel tertentu. Variabel ini diukur dengan skala *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) oleh Gross & John (2003). Tetapi dikarenakan peneliti hanya membutuhkan variabel regulasi emosi *cognitive reappraisal*, sehingga peneliti hanya mengambil 6 aitem yang berkaitan dengan *cognitive reappraisal*. Skala ini

memiliki rentang skor *Likert* dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 7 (sangat setuju). Pada penelitian ini, aitem yang digunakan hanya 5 aitem *cognitive reappraisal* karena terdapat 1 aitem gugur yang tidak memiliki nilai *corrected item- total correlation*  $>0,3$ . Tetapi terdapat 1 aitem juga yang tidak memiliki nilai *corrected item-total correlation*  $>0,3$  tidak digugurkan karena apabila digugurkan maka nilai *Cronbach alpha* menurun. Nilai *Cronbach alpha* pada variabel ini 0,597. Contoh aitem “ketika saya sedang merasa bahagia atau terhibur, saya mengubah cara berpikir saya” memiliki kecenderungan strategi emosi *cognitive reappraisal*.

Variabel bebas yang pertama pada penelitian ini adalah pola asuh otoriter. Pola asuh otoriter merupakan pola asuh orang tua yang cenderung menuntut, keras, dan tidak menerima pendapat anak. Variabel ini diukur dengan skala *Parental Authority Questionnaire* (PAQ) oleh John R. Buri (1991). Skala PAQ memiliki 30 aitem yang dibagi dalam 3 dimensi yaitu *permissive*, *authoritarian*, dan *authoritative*. Dikarenakan pada penelitian ini hanya membutuhkan variabel pola asuh otoriter, sehingga peneliti hanya mengambil 10 aitem yang berkaitan dengan pola asuh otoriter. Skala ini memiliki rentang skor dari 1(sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju). Contoh aitem “Semakin beranjak dewasa, semakin saya dilarang untuk melanggar atau menanggapi keputusan orangtua saya”. Dari 10 aitem, tidak terdapat aitem gugur karena semua aitem memiliki nilai *corrected item- total correlation*  $>0,3$ .

Variabel bebas yang kedua adalah kualitas persahabatan. Kualitas persahabatan merupakan hubungan pertemanan yang melingkupi perilaku saling membantu, rasa percaya, dan rasa aman. Skala yang digunakan adalah *Friendship Quality Questionnaire* (FQQ) oleh Jeffrey G, Parker & Steven R. Asher (1993). FQQ memiliki 40 aitem yang bertujuan untuk mengukur dalam rentang skor dari 1 (sangat tidak sesuai) – 5 (sangat sesuai) mengenai kualitas hubungan dengan teman yang spesifik. Dimensi atau subskala pada FQQ berjumlah 6 antara lain *validation and caring* ( $\alpha = 90$ ), *conflict resolution* ( $\alpha = 73$ ), *conflict and betrayal* ( $\alpha = 84$ ), *help and guidance* ( $\alpha = 90$ ), *companionship and recreation* ( $\alpha = 75$ ), dan *intimate exchange* ( $\alpha = 86$ ). Contoh aitem dimensi *validation and caring* “Sahabat saya meminta maaf apabila mereka berbuat salah”. Contoh aitem dimensi *intimate exchange* “Sahabat saya tidak memberitahukan ke orang lain mengenai rahasia kita”. Dari 6 dimensi, tidak terdapat aitem gugur pada dimensi *validation & caring*, dimensi *conflict resolution*, dimensi *companionship & recreation*, dan dimensi *intimate exchange*. Sedangkan terdapat 2 aitem gugur pada dimensi *conflict & betrayal* dan 1 aitem gugur pada

dimensi *help & guidance*, Aitem yang gugur tidak digunakan dalam penelitian ini karena tidak memiliki nilai *corrected item- total correlation* >0,3.

**Tabel 1.** Uji Validitas dan Reliabilitas nstrumen

Variabel	<i>Corrected Item- Total Correlation</i>	<i>Cronbach Alpha</i>
Regulasi Emosi <i>Cognitive Reappraisal</i>	0,294 – 0,457	0,597
Pola Asuh Otoriter	0,495 – 0,779	0,906
Kualitas Persahabatan Dimensi <i>Validation &amp; Caring</i>	0,343 – 0,597	0,807
Kualitas Persahabatan Dimensi <i>Conflict Resolution</i>	0,311 – 0,485	0,604
Kualitas Persahabatan Dimensi <i>Conflict &amp; Betrayal</i>	0,327 – 0,639	0,707
Kualitas Persahabatan Dimensi <i>Help &amp; Guidance</i>	0,473 – 0,742	0,866
Kualitas Persahabatan Dimensi <i>Companionship &amp; Recreation</i>	0,406 – 0,716	0,777
Kualitas Persahabatan <i>Intimate Exchange</i>	0,514 -	0,819

## HASIL

Berikut hasil data demografis dari partisipan yang terlibat dalam penelitian ini.

**Tabel 2.** Hasil data demografis

Variabel	Klasifikasi	Jumlah	Presentase
Jenis kelamin	Perempuan	73	73%
	Laki-laki	27	27%
Usia	14 tahun	2	2%
	16 tahun	5	5%
	17 tahun	7	7%
	18 tahun	5	5%
	19 tahun	11	11%
	20 tahun	31	31%
	21 tahun	19	19%
	22 tahun	11	11%
	23 tahun	7	7%
	24 tahun	2	2%

Berdasarkan data partisipan, didapati jumlah partisipan dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 73 orang dari 100 remaja (73%) sedangkan untuk jenis kelamin laki-laki sebanyak 27 orang dari 100 remaja (27%) sehingga pada penelitian ini partisipan didominasi oleh jenis kelamin perempuan. Selain itu, usia partisipan terbanyak berada pada usia 20 tahun (31% dari 100 remaja).

Selanjutnya dari hasil uji Regresi diperoleh data sebagai berikut:

**Tabel 2** Uji Regresi Linear Berganda

Model Summary – Emotion Regulation Reappraisal				
Model	R	R <sup>2</sup>	Adjusted R <sup>2</sup>	RMSE
H <sub>0</sub>	0.000	0.000	0.000	0.885
H <sub>1</sub>	0.331	0.110	0.092	0.844

**Tabel 3** Uji Regresi Linear Berganda Berdasarkan ANOVA

ANOVA						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H <sub>1</sub>	Regression	8.520	2	4.260	5.986	0.004
	Residual	69.040	97	0.712		
	Total	77.560	99			

**Tabel 4** Uji Regresi Linear Berganda Berdasarkan Coefficients

Coefficients						
Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p
H <sub>0</sub>	(Intercept)	5.220	0.089		58.975	< .001
H <sub>1</sub>	(Intercept)	2.950	0.704		4.188	< .001
	Pola Asuh Otoriter	0.142	0.092	0.156	1.547	0.125
	Kualitas Persahabatan	0.475	0.193	0.248	2.465	0.015

Hasil dari tabel uji regresi linear berganda menunjukkan secara bersama-sama variabel pola asuh otoriter dan kualitas persahabatan memiliki pengaruh terhadap variabel DV yaitu regulasi emosi *cognitive reappraisal* pada remaja *broken home* karena memiliki nilai  $p < 0,05$ . Selain itu variabel IV memiliki sumbangan efektif sebesar 11% ( $R^2 = 0.110$ ).

Ketika uji regresi linear dilakukan pada dua IV sekaligus, hasil menunjukkan bahwa kedua variabel berpengaruh terhadap DV. Tetapi ketika uji regresi linear berganda berdasarkan ANOVA dilihat secara terpisah berdasarkan hubungan masing-masing variabel, hasil menunjukkan variabel pola asuh otoriter ( $p=0.125$   $\beta = 0.142$ ) tidak memiliki pengaruh terhadap regulasi emosi *cognitive reappraisal* pada remaja *broken home*. Sedangkan variabel kualitas persahabatan ( $p=0.015$   $\beta = 0.475$ ) memiliki pengaruh terhadap regulasi emosi *cognitive reappraisal* pada remaja *broken home*.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data, hipotesis penelitian yang diutarakan peneliti sudah terjawab dimana terdapat pengaruh antara pola asuh otoriter dan kualitas persahabatan terhadap regulasi emosi *cognitive reappraisal* remaja *broken home*. Hal ini didukung dengan pernyataan Nadeak (2014) bahwa faktor yang memiliki pengaruh menonjol pada remaja yaitu perpisahan orangtua, pola asuh orangtua, dan pengaruh lingkungan teman atau *peer*.

Pola asuh otoriter dikatakan memiliki pengaruh namun tidak signifikan terhadap regulasi emosi *cognitive reappraisal* pada remaja *broken home* dikarenakan menurut Gross & John (2003); Nezlek & Kupens, (2008) strategi emosi *cognitive reappraisal* cenderung memberikan dampak baik dibandingkan dikarenakan mampu mengekspresikan emosi positif, optimis, harga diri yang efektif, dan gejala depresi yang rendah. Pernyataan tersebut menjelaskan bahwa remaja yang mendapatkan pola asuh otoriter dan mendapatkan tekanan dari orangtuanya akan jauh lebih sulit mengekspresikan diri melalui strategi emosi ini. Menurut Grundman (2010) biasanya semakin baik pola asuh yang diberikan orangtua, maka semakin baik kemampuan regulasi emosinya. Sedangkan, pola asuh otoriter adalah pola asuh dengan perilaku orang tua yang cenderung menuntut dan bersikap keras kepada anak (Barnadib dalam Aisyah, 2010) sehingga dengan banyak tekanan dan tuntutan dari orangtua terutama pada orangtua yang bercerai, regulasi emosi yang dimiliki oleh remaja tersebut kurang menonjol. Pola asuh demokratis yaitu pola asuh dengan bimbingan yang edukatif dan pengertian (Hurlock, 2004) akan lebih memberikan pengaruh kepada regulasi emosi *cognitive reappraisal* pada remaja *broken home* dan diprediksi bahwa remaja yang diasuh secara demokratis akan lebih mudah menerapkan strategi emosi *cognitive reappraisal*. Selain itu, pola asuh otoriter yang tidak memiliki pengaruh signifikan tersebut bertentangan dengan penelitian sebelumnya oleh Kurniasih (2013) bahwa remaja yang diberikan pola asuh otoriter dalam tingkatan tinggi akan cenderung mengubah emosinya ke arah yang positif (*cognitive reappraisal*). Hasil dari penelitian ini bisa bertentangan karena subjek remaja pada penelitian Kurniasih (2013) adalah remaja yang bukan *broken home*, sedangkan pada penelitian ini subjek adalah remaja dengan kondisi *broken home*. Hal ini bisa dihubungkan dengan pendapat Sarbini dalam Viranda (2014) bahwa remaja dengan keluarga *broken home* memiliki dampak besar terhadap kondisi psikologis remaja antara lain rasa sedih, kesepian, merasa tidak beruntung, rasa tidak dilindungi, dan regulasi emosi yang negatif. Dari pernyataan itu, sudah terlihat bahwa pola asuh yang diberikan kepada remaja umum akan sangat berbeda efeknya apabila diberikan kepada remaja *broken home*. Remaja umum yang memiliki keluarga utuh dan saling *support*, ketika diberikan pola asuh otoriter akan jauh lebih bisa memahami dan tereduksi. Namun, apabila remaja *broken home* dengan situasinya yang terluka karena perceraian orangtuanya, tidak bisa tinggal bersama dengan keluarga yang utuh dan suportif harus diberikan pola asuh otoriter yang keras dan memaksakan kehendak, maka hal tersebut justru bisa memperburuk situasi psikologis maupun regulasi emosi dari remaja tersebut.

Sedangkan, variabel kualitas persahabatan pada penelitian ini dikatakan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap regulasi emosi *cognitive reappraisal* remaja *broken home*. Kualitas persahabatan merupakan hubungan pertemanan yang melingkupi perilaku saling membantu, rasa percaya, dan rasa aman (Mendelson dalam Brendgen et al., 2001). Dari pernyataan tersebut, sudah terlihat bahwa kualitas persahabatan lebih memberikan dampak positif dibandingkan pola asuh otoriter kepada remaja yang memiliki orangtua bercerai, sehingga apabila remaja *broken home* memiliki kualitas persahabatan yang baik, mereka akan jauh lebih bisa menerapkan strategi emosi *cognitive reappraisal*. Hal ini bisa dilihat dari penelitian sebelumnya oleh Putri dan Coralia (2019) terkait hubungan antara regulasi emosi dan kualitas persahabatan, didapatkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dari sahabat dengan regulasi emosi remaja dalam konteks positif. Sedangkan regulasi emosi yang dinilai positif adalah *cognitive reappraisal*. Menurut Gross & John (2003) ; Mauss et al., (2011) individu yang menggunakan strategi emosi *cognitive reappraisal* lebih memiliki potensi untuk berteman dekat dengan banyak orang.

Pada penelitian ini, variabel kualitas persahabatan memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan variabel pola asuh otoriter. Hal ini dikarenakan banyak penelitian dan eksperimen menemukan bahwa pada usia remaja, mereka cenderung menjauh dari keluarga dan lebih banyak menghabiskan waktu dengan *peer* atau teman (Dahl, 2004). Selain itu remaja lebih mudah bercerita secara leluasa kepada sahabatnya mengenai suatu masalah yang tidak bisa dibicarakan bersama orangtua ataupun orang lain (Hurlock, 1991). Permasalahan ini didukung dengan kondisi remaja yang memiliki orangtua bercerai sehingga lebih sulit untuk bercerita ataupun berbincang dengan kedua orangtuanya dibandingkan dengan teman atau *peer*. Maka dari itu, remaja dengan kondisi orangtua bercerai akan lebih nyaman dengan lingkungan teman atau *peernya*.

Selain itu, hasil dari kedua variabel IV memiliki keefektifan korelasi sebesar 11%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada faktor dan variabel lain yang lebih mempengaruhi regulasi emosi *cognitive reappraisal* remaja dengan orangtua bercerai dibandingkan dengan variabel pola asuh otoriter dan variabel kualitas persahabatan. Faktor lain yang lebih mempengaruhi salah satunya adalah penelitian menurut Leli Muhlisah (2015) yaitu terdapat hubungan signifikan antara kelekatan orangtua dengan regulasi emosi remaja. Penelitian lainnya oleh Dwi Astuti, Wasidi, dan Rita Sinthia (2019) mengatakan terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku memaafkan. Dari penelitian-

penelitian tersebut, diprediksi bahwa variabel lain terutama variabel yang memiliki faktor internal seperti kelekatan atau perilaku *forgiveness* akan memberikan hasil yang jauh lebih efektif terhadap regulasi emosi *cognitive reappraisal* dikarenakan pada penelitian ini, peneliti lebih banyak menggunakan variabel yang memiliki faktor eksternal seperti kualitas persahabatan dan pola asuh.

## SIMPULAN

Masa remaja mengalami emosi yang tidak stabil, perasaan labil, ataupun krisis identitas dalam pencarian jati dirinya sehingga setiap remaja akan memiliki cara tersendiri dalam meregulasi emosinya salah satunya *cognitive reappraisal*. Regulasi emosi setiap remaja akan berbeda-beda tergantung dari remaja itu sendiri terutama pada remaja yang mengalami kondisi *broken home*. Hasil penelitian ini menunjukkan faktor kualitas persahabatan dinilai memberikan pengaruh yang signifikan terhadap regulasi emosi *cognitive reappraisal* pada remaja *broken home*. Sedangkan pada faktor pola asuh otoriter dinilai tidak memberikan pengaruh terhadap regulasi emosi *cognitive reappraisal* remaja *broken home*. Hal ini disebabkan pada masa remaja, ketertarikan remaja cenderung menuju ke *peer* atau teman sebaya dibandingkan dengan keluarga terutama pada remaja *broken home* yang kurang diberikan afeksi dari orangtua. Selain itu, remaja *broken home* akan lebih nyaman bercerita mengenai masalahnya dengan teman sebaya dibandingkan dengan orangtuanya sehingga peneliti menduga faktor kualitas persahabatan akan lebih berpengaruh dalam mengontrol emosi *cognitive reappraisal* yang dimiliki remaja *broken home*. Pada penelitian selanjutnya, bisa dilakukan penelitian pengaruh antara regulasi emosi dengan variabel-variabel lainnya yakni usia, jenis kelamin, pola asuh permisif, pola asuh demokratis, dan sebagainya. Selain itu berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, peneliti selanjutnya juga dapat mengamati pengaruh antara regulasi emosi dengan strategi yang lain yaitu *expressive suppression* karena melihat hasil yang berbeda antara kedua regulasi emosi tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S. (2010). Pengaruh pola asuh orangtua terhadap tingkat agresivitas anak. *Jurnal Medtek*.
- Ali, M., & Asrori, M. (2006). Perkembangan peserta didik. *Psikologi Remaja*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Amato, P. R. (2014). The consequences of divorce for adults and children: An update. *Drustvena Istrazivanja*, 23(1), 5–24. <https://doi.org/10.5559/di.23.1.01>

- Astuti, D., Wasidi, W., & Sinthia, R. (2019). Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku memaafkan pada siswa sekolah menengah pertama. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.33369/consilia.2.1.1-11>.
- Berndt, T. J. (2002). Friendship quality and social development. *Current Directions in Psychological Science*, 11(1), 7–10. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00157>
- Brendgen, M., Markiewicz, D., Doyle, A.-B., & Bukowski, W. M. (2001). The relations between friendship quality, ranked-friendship preference, and adolescents' behavior with their friends. *Merrill-Palmer Quarterly*, 47(3), 395–415. <https://doi.org/10.1353/mpq.2001.0013>
- Buri, J. R., Louiselle, P. A., Misukanis, T. M., & Mueller, R. A. (1988). Effects of parental authoritarianism and authoritativeness on self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 14(2), 271–282. <https://doi.org/10.1177/0146167288142006>
- Buri, J. R. (1991). Parental authority questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 110–119. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5701\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5701_13)
- Coralia, F., & Putri, S. (2019). Hubungan dukungan sosial dengan regulasi emosi pada siswa korban bullying di smp "x" kota bandung. *Prosiding Psikologi*, 5(1).
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (Fourth, Ser. Research Design). Thousand Oaks, CA : Sage Publications.
- Dahl, R.E. (2004). Adolescent brain development: A period of vulnerabilities and opportunities. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1021(1), 1–22. <https://doi.org/10.1196/annals.1308.001>
- Dagun, S. M. (2013). *Psikologi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Falki, S., & Khatoon, F. (2016). Friendship and psychological well-being. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(1).
- Gross, J. J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224–237. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.1.224>
- 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>
- Grundman, J. K. (2010). Does parenting style predict identity and emotional outcomes in emerging adulthood. *College Journal of Gustavus Undergraduate Psychology*.
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta : Erlangga.

- Hurlock, E. B. (2004). *Developmental psychology*. Jakarta : Erlangga.
- Irawati, I. (2009). *Mendidik dengan cinta*. Bekasi : Pustaka Inti.
- Kartono, Kartini. (2006). *Peran keluarga memandu anak*. Jakarta : CV Rajawali.
- Kartono, Kartini. (2007). *Psikologi anak (Psikologi perkembangan)*. Bandung : CV Mandar Maju.
- Prihatin, I.U. (2020, September 1). *Kemenag sebut angka perceraian mencapai 306.688 per agustus 2020*. merdeka.com. Diakses dari <https://www.merdeka.com/peristiwa/kemenag-sebut-angka-perceraian-mencapai-306688-per-agustus-2020.html>.
- Kurniasih, W. (2013). *Regulasi emosi pada remaja yang memiliki pola asuh otoriter* [Tesis, Universitas Muhammadiyah, Surakarta].
- Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga*. Jakarta : Kencana.
- Lewis, M., Haviland-Jones, J. M., & Barrett, L. F. (2010). *Handbook of emotions*. Guilford Press.
- Mauss, I. B., Anderson, C. L., & Savino, N. S. (2011). Can wanting to be happy make people unhappy? paradoxical effects of valuing happiness. *Psyextra Dataset*. <https://doi.org/10.1037/e634112013-296>
- McLaughlin, K. A., Hatzenbuehler, M. L., Mennin, D. S., & Nolen-Hoeksema, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study. *Behaviour Research and Therapy*, 49(9), 544–554. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2011.06.003>
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of Emotion Regulation. *Social Development*, 16(2), 361–388. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x>
- Muhlisah, L. (2015). *Hubungan antara kelekatan orangtua dengan regulasi emosi pada remaja awal* [Tesis, Universitas Islam Indonesia Yogyakarta].
- Nadeak. (2014, February 28). Efektifitas promosi kesehatan melalui media audiovisual mengenai HIV/AIDS terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang hiv/aids. *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*. <https://www.neliti.com/publications/186219/efektifitas-promosi-kesehatan-melalui-media-audiovisual-mengenai-hiv-aids-terhada>.
- Nezlek, J. B., & Kuppens, P. (2008). Regulating positive and negative emotions in daily life. *Journal of Personality*, 76(3), 561–580. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00496.x>
- Okorodudu, G. N. (2010). Influence of parenting styles on adolescent delinquency in delta central senatorial district. *Edo Journal of Counselling*, 3(1). <https://doi.org/10.4314/ejc.v3i1.52682>
- Pawulan, R. A., Loekmono, L., & Irawan, S. (2018). Hubungan antara kelekatan orangtua dengan regulasi emosi remaja pondok pesantren agro “Nuur El-Falah”

- salatiga. *Psikologi* *Konseling*, 13(2).  
<https://doi.org/10.24114/konseling.v13i2.12194>
- Prawirohardjo, S. (2010). *Buku acuan nasional pelayanan kesehatan maternal dan neonatal*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Richards, J. M., & Gross, J. J. (2000). Emotion regulation and memory: The cognitive costs of keeping one's cool. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 410–424. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.3.410>
- Rodgers, K. B., & Rose, H. A. (2002). Risk and resiliency factors among adolescents who experience marital transitions. *Journal of Marriage and Family*, 64(4), 1024–1037. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.01024.x>
- Santrock, J. W. (2003). *Perkembangan Remaja* (6th ed.). Jakarta : Erlangga.
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Anak* (11th ed., Vol. 1). Jakarta : PT Erlangga.
- Santrock, J.W. (2012). *Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2021). *Educational psychology*. McGraw-Hill Education.
- Suarsini, D. (1970, January 1). *Pola Asuh Orang Tua*.  
<https://desysuar.blogspot.com/2013/03/pola-asuh-orang-tua.html>.
- Viranda, D. (2014). *Kondisi psikologi anak dari keluarga yang bercerai (the conditions of child psychology toward family divorced)*. Academia.edu.  
[https://www.academia.edu/36787739/kondisi\\_psikologi\\_anak\\_dari\\_keluarga\\_yang\\_bercerai\\_the\\_conditions\\_of\\_child\\_psychology\\_toward\\_family\\_divorced](https://www.academia.edu/36787739/kondisi_psikologi_anak_dari_keluarga_yang_bercerai_the_conditions_of_child_psychology_toward_family_divorced).
- Wahyudinata, M. (2007). Televisi dan pergeseran konsep seks normatif : Pengaruh tayangan pornomedia televisi dan agama terhadap sikap seks mahasiswa s1 kota surabaya. *Jurnal Ilmiah Scriptura*, 1, 77–86.
- Widuri, E. L. (2012). Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 9(2), 147.  
<https://doi.org/10.26555/humanitas.v9i2.341>
- Willis, S. S. (2014). *Remaja & Masalahnya*. Bandung: Alfabeta.
- Yusuf, A. H. (2013). *Pengaruh pola asuh orang tua terhadap tingkat kooperatif anak usia 3-5 tahun dalam perawatan gigi dan mulut* [Tesis, Universitas Hasanuddin Makassar]
- Nezlek, J. B., & Kuppens, P. (2008). Regulating positive and negative emotions in daily life. *Journal of Personality*, 76(3), 561–580.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00496.x>
- Okorodudu, G. N. (2010). Influence of parenting styles on adolescent delinquency in delta central senatorial district. *Edo Journal of Counselling*, 3(1).  
<https://doi.org/10.4314/ejc.v3i1.52682>
- Pawulan, R. A., Loekmono, L., & Irawan, S. (2018). Hubungan antara kelekatan orangtua dengan regulasi emosi remaja pondok pesantren agro “Nuur El-Falah”

- salatiga. *Psikologi* *Konseling*, 13(2).  
<https://doi.org/10.24114/konseling.v13i2.12194>
- Prawirohardjo, S. (2010). *Buku acuan nasional pelayanan kesehatan maternal dan neonatal*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Richards, J. M., & Gross, J. J. (2000). Emotion regulation and memory: The cognitive costs of keeping one's cool. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 410–424. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.3.410>
- Rodgers, K. B., & Rose, H. A. (2002). Risk and resiliency factors among adolescents who experience marital transitions. *Journal of Marriage and Family*, 64(4), 1024–1037. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.01024.x>
- Santrock, J. W. (2003). *Perkembangan Remaja* (6th ed.). Jakarta : Erlangga.
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Anak* (11th ed., Vol. 1). Jakarta : PT Erlangga.
- Santrock, J.W. (2012). *Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2021). *Educational psychology*. McGraw-Hill Education.
- Suarsini, D. (1970, January 1). *Pola Asuh Orang Tua*.  
<https://desysuar.blogspot.com/2013/03/pola-asuh-orang-tua.html>.
- Viranda, D. (2014). *Kondisi psikologi anak dari keluarga yang bercerai (the conditions of child psychology toward family divorced)*. Academia.edu.  
[https://www.academia.edu/36787739/kondisi\\_psikologi\\_anak\\_dari\\_keluarga\\_yang\\_bercerai\\_the\\_conditions\\_of\\_child\\_psychology\\_toward\\_family\\_divorced](https://www.academia.edu/36787739/kondisi_psikologi_anak_dari_keluarga_yang_bercerai_the_conditions_of_child_psychology_toward_family_divorced).
- Wahyudinata, M. (2007). Televisi dan pergeseran konsep seks normatif : Pengaruh tayangan pornomedia televisi dan agama terhadap sikap seks mahasiswa s1 kota surabaya. *Jurnal Ilmiah Scriptura*, 1, 77–86.
- Widuri, E. L. (2012). Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 9(2), 147. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v9i2.341>
- Willis, S. S. (2014). *Remaja & Masalahnya*. Bandung: Alfabeta.
- Yusuf, A. H. (2013). *Pengaruh pola asuh orang tua terhadap tingkat kooperatif anak usia 3-5 tahun dalam perawatan gigi dan mulut* [Tesis, Universitas Hasanuddin Makassar]