



Pengaruh Kelekatan Ayah terhadap Regulasi Emosi pada Remaja Akhir di Kota Padang

Fauziah Kautsar Rizki^{1*}, Rahmadiani Aulia²

¹⁻²Universitas Negeri Padang, Indonesia

Korespondensi penulis : fauziah220618@gmail.com*

Abstract. *This study aims to determine the effect of paternal attachment on emotional regulation in late adolescents in Padang City. Paternal attachment is seen as a crucial factor in developing children's emotional regulation skills, particularly during late adolescence, which is the transitional phase toward adulthood. Late adolescence is a crucial period in an individual's psychological development, where the ability to manage and express emotions appropriately determines their mental and social well-being. A strong emotional attachment to a father is believed to provide a foundation of emotional security that helps adolescents regulate their emotional responses to various life pressures and challenges. This study used a quantitative approach with a purposive sampling technique and involved 272 late adolescent respondents in Padang City as a sample. Data were collected through a questionnaire designed to measure the level of paternal attachment and adolescents' emotional regulation skills. Data collection was carried out with attention to the validity and reliability of the instrument so that the research results can be scientifically accounted for. Data analysis was conducted using descriptive and inferential statistics to identify the relationship and influence between paternal attachment variables and emotional regulation. The results showed that the level of father attachment in late adolescents was in the moderate category at 53.3%, while their level of emotional regulation was in the high category at 42.3%. These findings indicate that although father attachment did not reach the high category for most, adolescents' emotional regulation abilities were relatively good. Further statistical analysis revealed that there was an influence of father attachment on emotional regulation in late adolescents, but this influence was very weak. This indicates that although father attachment contributes, there are many other factors that play a role in shaping adolescents' emotional regulation abilities, such as attachment to the mother, peer support, education, and individual experiences.*

Keywords: *Emotional Regulation, Family Support, Father Attachment, Late Adolescence, Padang City.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kelekatan ayah terhadap regulasi emosi pada remaja akhir di Kota Padang. Kelekatan ayah dipandang sebagai faktor penting dalam pembentukan kemampuan regulasi emosi anak, khususnya pada masa remaja akhir yang merupakan fase transisi menuju kedewasaan. Masa remaja akhir merupakan periode yang sangat krusial dalam perkembangan psikologis individu, di mana kemampuan mengelola dan mengekspresikan emosi secara tepat sangat menentukan kesejahteraan mental dan sosial mereka. Kelekatan emosional yang kuat dengan ayah diyakini dapat memberikan landasan keamanan emosional yang membantu remaja dalam mengatur respons emosionalnya terhadap berbagai tekanan dan tantangan kehidupan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik purposive sampling dan melibatkan 272 responden remaja akhir di Kota Padang sebagai sampel. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang dirancang untuk mengukur tingkat kelekatan ayah serta kemampuan regulasi emosi remaja. Pengumpulan data dilakukan dengan memperhatikan validitas dan reliabilitas instrumen agar hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan inferensial untuk mengidentifikasi hubungan dan pengaruh antara variabel kelekatan ayah dan regulasi emosi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kelekatan ayah pada remaja akhir berada pada kategori sedang sebanyak 53,3%, sedangkan tingkat regulasi emosi mereka berada pada kategori tinggi sebanyak 42,3%. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun kelekatan ayah tidak mencapai kategori tinggi mayoritas, kemampuan regulasi emosi remaja relatif baik. Analisis statistik lebih lanjut mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh kelekatan ayah terhadap regulasi emosi pada remaja akhir, namun pengaruh tersebut tergolong sangat lemah. Hal ini menandakan bahwa meskipun kelekatan ayah memberikan kontribusi, ada banyak faktor lain yang turut berperan dalam membentuk kemampuan regulasi emosi remaja, seperti kelekatan dengan ibu, dukungan teman sebaya, pendidikan, dan pengalaman individu.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Kelekatan Ayah, Kota Padang, Regulasi Emosi, Remaja Akhir.

1. PENDAHULUAN

Kelekatan merupakan hubungan psikologis antar manusia yang terbentuk semenjak awal kehidupan anak. Kelekatan terjadi antara anak dengan pengasuhnya dan memiliki dampak pada pembentukan hubungan yang berlangsung sepanjang hidup (Bowlby, 2005). Bowlby juga meyakini bahwa hubungan pertama yang terbentuk antara anak dan orang yang mengasuhnya mempengaruhi terbentuknya hubungan yang bertahan hingga sepanjang hidup (Upton, 2012). Secara umum, kelekatan anak biasanya terjalin kuat dengan orang tua mereka. Hal ini terjadi karena orang tua merupakan sumber utama kasih sayang, perlindungan, dan dukungan emosional pada tahap awal perkembangan kehidupan anak.

Menurut Pawulan, dkk (2008) hubungan kelekatan antara orang tua dengan anak mempengaruhi regulasi emosi anak, sehingga anak bisa menyesuaikan diri baik dengan norma yang berlaku maupun dengan lingkungannya. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Maureen & Febrieta (2024) bahwa kelekatan orang tua memiliki peran untuk meningkatkan regulasi emosi anak khususnya pada usia remaja akhir. Kelekatan orang tua memberikan anak keamanan emosional, sehingga dapat meningkatkan kemampuan regulasi emosi. Rasa aman secara emosional yang telah berkembang sejak kecil ini akan mendasari keberhasilannya dalam memunculkan reaksi emosi dan dalam menjalani hubungan sosial di masa mendatang. Tidak hanya ibu, tetapi peran ayah juga sangat penting dalam mengasuh anak. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Louca & Omari (2020) menunjukkan bahwa ayah memiliki peran signifikan dalam perkembangan mental dan emosional anak. Ayah berkontribusi dalam membentuk identitas gender, sistem moral, dan rasa aman pada anak.

Keterlibatan ayah terhadap pengasuhan tidak hanya dilihat dari kuantitas pengasuhan namun dari kualitas interaksi dan pola komunikasi dua arah dengan anak (Parmanti & Purnamasari, 2015). Apabila terbangun kelekatan ayah dengan anak yang baik maka akan mengarahkan pada keberfungsian diri yang positif (Rahmatullah, 2018), keberhargaan diri (Gusman & Indriana, 2018), dan dapat membantu perkembangan sosial dan emosional remaja (Maldini & Kustanti, 2016). Maka dapat diketahui bahwa kelekatan ayah yang terbangun dengan baik, mampu mengarahkan remaja untuk menumbuhkan hal-hal positif. Adiyanti (2012) mengemukakan bahwa kelekatan ayah pada remaja akhir dapat berdampak pada kompetensi diri dan bagaimana mereka berinteraksi di lingkungan sosial.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Mega & Widyastuti (2024) menyatakan keterlibatan ayah memiliki hubungan yang signifikan terhadap regulasi emosi anak remaja. Hasil pengujian koedisien dterminasi didapatkan sumbangan efektif dari variabel keterlibatan ayah sebesar 8.4% terhadap regulasi emosi pada anak remaja. Kemudian penelitian

yang telah dilakukan oleh Aulia, dkk (2024) pentingnya hubungan antara ayah dengan anak dalam pola asuh orang Minangkabau terlihat jelas ketika memasuki masa remaja. Ikatan yang kuat dengan ayah sangat menentukan emosi remaja sistem pendukung dan sebagai landasan rasa pengembangan diri mereka, yang keduanya meningkatkan kesehatan psikologis mereka secara umum. Arti penting dari hubungan ini adalah interaksi ayah dengan remaja harus diprioritaskan dan ditingkatkan. Dari beberapa studi ini menunjukkan bahwa pentingnya hubungan antara ayah dan anak serta keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap peregulasi emosi pada anak terutama saat remaja.

Remaja berasal dari kata latin “*adolescenza*” yang berarti bertumbuh atau menjadi dewasa. *Adolescence* diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional (Santrock, 2011). Remaja sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan dikarenakan suatu saat di mana perubahan fisik dan kelenjar meningkatkan ketegangan emosi (Gunarsa, 2006). Pada masa ini remaja mengalami berbagai masalah, seperti perubahan dari sisi biologis, sosial, kognitif, dan emosional (Hashmi, 2013). Terlebih lagi pada fase remaja akhir, yang mana mereka mulai memikirkan terkait studi lanjutan, pekerjaan, hubungan percintaan, dan persiapan lainnya menuju dewasa. Remaja akhir berusia antara 18-21 tahun, (Sarwono, 2000). Remaja akhir cenderung memiliki ketidakstabilan dalam hubungan percintaan, pekerjaan, dan juga pendidikan (Santrock, 2011). Remaja akhir merupakan saat dimana seorang remaja harus mempersiapkan diri untuk masa dewasa, berupa persiapan mental dan fisik. Remaja akhir memiliki tugas perkembangan dalam kematangan emosi, yaitu bersikap toleran, merasa nyaman, dapat mengontrol diri, mampu menerima diri sendiri maupun orang lain, dan dapat mengutarakan emosi secara konstruktif dan kreatif (Jahja, 2011). Apabila tugas perkembangan remaja akhir tidak terpenuhi, maka dapat muncul berbagai dampak negatif yang signifikan terhadap kesehatan fisik dan psikologis remaja.

Regulasi emosi adalah kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi secara efektif. Keterampilan ini penting untuk menciptakan hubungan sosial yang sehat, kesuksesan akademis, dan menjaga kesejahteraan mental. Silaen dan Dewi (2015) menyebutkan regulasi emosi sebagai kemampuan individu memahami, mengatur, dan mengontrol emosi serta usaha dalam mengungkapkan emosinya guna mencapai tujuan dan meminimalisasi dampak negatif yang dihadapi dengan menganalisa dan mengevaluasi pengalaman emosional. Mendukung pernyataan tersebut, Saputra (2017) menyampaikan bahwa regulasi emosi merupakan aspek yang penting dalam perkembangan remaja. Remaja yang pandai mengelola emosi menunjukkan bahwa mereka dapat mengendalikan emosinya

sendiri, lebih baik hati, dan lebih toleran terhadap orang lain sehingga minim masalah karena lebih stabil (Dwityaputri & Sakti, 2015). Sedangkan kemampuan regulasi emosi yang rendah pada remaja cenderung memicu hal-hal yang tidak menyenangkan seperti cyberbullying, menyebar hoaks, membuat sensasi, berkelahi, minum-minuman beralkohol (Bone & Astuti, 2019).

Sebagian remaja tidak mampu mengungkapkan emosi, seperti yang dikemukakan oleh Alberti & Emmons (2017) seseorang yang tidak mengekspresikan diri dan membiarkan bahkan menghalangi munculnya perasaan pada diri sendiri akan memiliki regulasi emosi yang rendah. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Jobson (2020) mengungkapkan bahwa terdapat 74% dari 100 remaja dengan rentang usia 17-18 tahun memiliki tingkat ketidakmatangan emosi yang tinggi, hal ini berarti remaja tidak mampu mengendalikan emosinya, sehingga belum mencapai tugas perkembangannya. Salah satu penyebab kurangnya pengendalian emosi pada remaja tersebut disebabkan oleh kurangnya kelekatan dengan ayah, semakin ayahnya terlibat, maka kesulitan regulasi emosi pada remaja juga akan semakin rendah, sehingga kemampuan regulasi emosinya baik (Dewi, M. P., & Widyastuti, W, 2024). Ketika seorang anak tidak dekat dengan ayahnya, anak tersebut kurang mampu meregulasi emosinya dengan baik, yang mana akhirnya akan memunculkan perilaku yang menyimpang seperti kenakalan remaja. Kasus-kasus kenakalan remaja yang terjadi seperti tawuran, membolos sekolah, pencurian, pembunuhan, pergaulan bebas dan narkoba (Choirunisa, 2018).

Saat sekarang ini banyak remaja yang tidak dekat dengan ayahnya, kedekatan dengan ayah hanya berkisar 9,7% sedangkan kedekatan dengan ibu sekitar 37,9% (Prabowo & Aswanti, 2014). Berdasarkan data dari United Nations Children's Fund (UNICEF) tahun 2021, sekitar 20,9% anak-anak di Indonesia tumbuh tanpa kehadiran ayah. Peneliti juga telah melakukan wawancara dengan tiga orang subjek yaitu remaja akhir, yang mana dua orang berjenis kelamin perempuan dan satunya lagi berjenis kelamin laki-laki. Subjek memaparkan bahwa ketika mengekspresikan emosinya selalu tidak pada tempatnya, lalu sering marah-marah tidak jelas ketika suatu hal terjadi diluar keinginannya, bahkan ada yang sampai menyalahkan diri sendiri dan menyakiti diri sendiri ketika dalam keadaan emosi. Selain itu subjek juga melampiaskan emosinya dengan menyalahkan orang lain sebagai penyebab dari suatu hal yang menyimpannya. Subjek yang telah diwawancarai memiliki kelekatan yang sangat minin dengan ayahnya dan bisa dibilang hanya sebatas formalitas saja, tidak seperti layaknya hubungan ayah dengan anak yang sering berbagi cerita keseharian, mengutarakan pendapat dan keinginan, berkeluh kesah ataupun bentuk kedekatan lainnya. Olehkarena itu berdasarkan paparan diatas

peneliti ingin melihat lebih jauh bagaimana “Pengaruh Kelekatan Ayah terhadap Regulasi Emosi pada Remaja Akhir di Kota Padang”.

2. KAJIAN TEORI

Pengertian Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah suatu proses luar dan dalam, kesadaran dan ketidaksadaran akan pengaruh dari bagian emosi yang menggabungkan, mewujudkan, menegaskan situasi dari fakta-fakta dan berjalannya konsekuensi (Gross, 2007).

Gratz & Roemer (2004) menjelaskan bahwa regulasi emosi adalah kemampuan untuk menerima emosi, mengendalikan perilaku impulsif, menggunakan strategi regulasi emosi secara fleksibel sesuai situasi. Regulasi emosi yang adaptif mencakup pengelolaan pengalaman emosi alih-alih menghapus emosi tertentu. Proses modulasi ini dianggap mampu mengurangi intensitas urgensi yang terkait dengan emosi, sehingga individu dapat lebih mengendalikan perilakunya.

Pengertian Kelekatan

Kelekatan merupakan tingkah laku yang khusus pada manusia, yaitu kecenderungan dan keinginan seseorang untuk mencari kedekatan dengan orang lain dan mencari kepuasan dalam hubungan dengan orang tersebut. Kelekatan terjadi antara anak dengan pengasuhnya dan memiliki dampak pada pembentukan hubungan yang berlangsung sepanjang hidup (Bowlby, 2005).

Ervika (2005) kelekatan adalah suatu hubungan emosional atau hubungan yang bersifat afektif antara satu individu dengan individu lainnya yang mempunyai arti khusus, dalam hal ini biasanya hubungan ditujukan pada ibu atau pengasuhnya. Hubungan yang dibina bersifat timbal balik, bertahan cukup lama dan memberikan rasa aman walaupun figur lekat tidak tampak dalam pandangan anak.

Pengertian Remaja Akhir

Santrock (2010) mendefinisikan remaja akhir sebagai masa transisi dari remaja ke dewasa, yang ditandai dengan pencarian identitas diri yang lebih matang, peningkatan otonomi, dan persiapan untuk peran-peran dewasa di masyarakat. Hurlock (1980) menyatakan bahwa remaja akhir adalah masa ketika individu mulai mengalami kematangan emosi dan sosial yang lebih besar, serta mulai menetapkan tujuan hidup yang lebih jelas, sedangkan Steinberg (2005) mengartikan remaja akhir sebagai periode di mana individu mulai mencapai kematangan kognitif yang signifikan, termasuk kemampuan untuk berpikir secara abstrak dan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari tindakan mereka.

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian pada penelitian ini yaitu kuantitatif, yang mengarah pada analisis dari data-data angka (numerikal) yang diolah dengan metode statistika (Azwar, 2015). Dalam penelitian ini, populasi yang digunakan adalah seluruh remaja akhir di Kota Padang. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu, penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono 2013). Sampel pada penelitian ini yaitu berjumlah 272 responden yaitu remaja akhir di Kota Padang. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan kuisioner.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Data Penelitian

a. Uji Normalitas

Tabel 1. Uji Normalitas

Variabel	Asymp. Sig. (2-tailed)	Keterangan
Kelekatan Ayah Regulasi Emosi	0,200	Normal

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa nilai signifikan variabel kelekatan ayah dan regulasi emosi sebesar 0,200. Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikan $\geq 0,05$ yang artinya data pada kelekatan ayah dan regulasi emosi berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Tabel 2. Uji Linearitas

Variabel	Deviation from Linearity	Keterangan
Kelekatan Ayah Regulasi Emosi	0,000	Tidak Linear

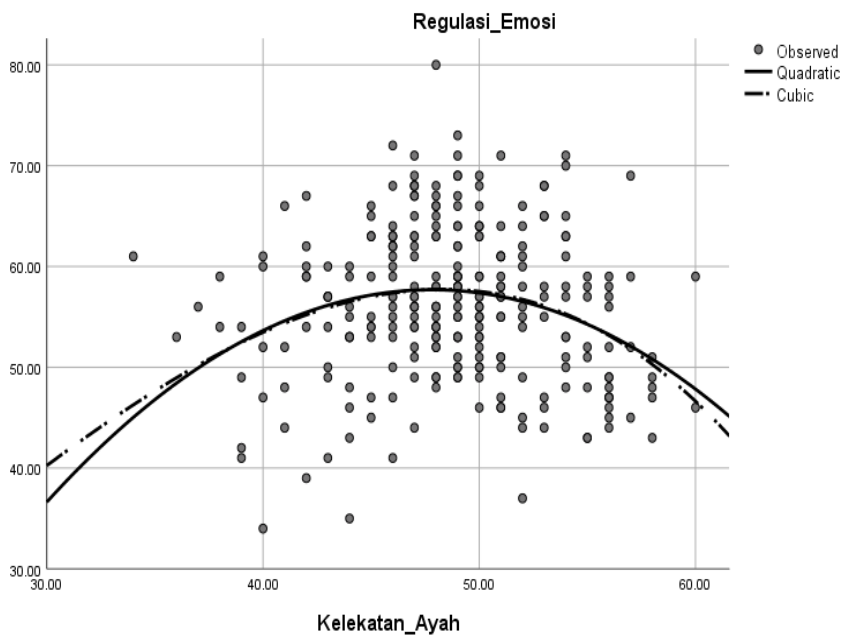
Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai *deviation from linearity* variabel kelekatan ayah dan regulasi emosi sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai *deviation from linearity* $\leq 0,05$ yang artinya data pada kelekatan ayah dan regulasi emosi tidak linear.

c. Uji Regresi Non Linear

Tabel 3. Uji Regresi Non Linear

Equation	R Square	F	Sig	Constant	B1	B2	B3
Quadratic	0,074	10.766	0,000	-94,060	6,348	-0,066	

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa pada penelitian ini menggunakan pengujian regresi non linear quadratic yang mana nilai r square nya sebesar 0,074 yang menunjukkan bahwa model ini mampu menjelaskan sebesar 7,4% variasi regulasi emosi. Kemudian nilai signifikansi sebesar 0,000 yang menunjukkan model ini signifikan secara statistik. Lalu koefisien nilai b^2 yang negatif mengindikasikan adanya efek menurun pada regulasi emosi setelah titik tertentu. Berikut bentuk kurva dari uji regresi non linear yang telah di uji.

**Gambar 1.** Kurva Analisis Regresi Non Linear

Berdasarkan tabel dan grafik di gunakan model *Quadratic* dengan persamaan rumus $Y = a + bx + cx^2$, dengan nilai r 0,074 menunjukkan bahwa 7,4% variasi dalam regulasi emosi. Dengan nilai signifikansi 0,000 yang menunjukkan data signifikan secara statistik. Dan model ini membentuk hubungan melengkung berbentuk parabola.

Pembahasan

Dalam penelitian ini, diasumsikan bahwa kelekatan ayah tidak selalu berkorelasi linear dengan regulasi emosi. Dengan kata lain, kelekatan ayah yang kuat atau lemah dapat berakibat merugikan. Oleh karena itu, model kuadratik digunakan untuk menangkap pola hubungan non-linear, seperti bentuk U terbalik, di mana tingkat kelekatan ayah yang moderat (di mana ayah cukup terlibat, suportif, namun tetap memberikan kebebasan) seringkali lebih kondusif bagi regulasi emosi remaja. Seperti hasil deskriptif penelitian yang mengungkapkan gambaran kelekatan ayah pada subjek penelitian dalam kategori sedang dengan presentase 53,3%, sedangkan gambaran regulasi emosi subjek penelitian dalam kategori tinggi dengan presentase sebesar 42.3%.

Hasil analisis regresi non-linear kuadratik dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan ayah dan regulasi emosi pada remaja. Model regresi kuadratik menghasilkan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,074, yang berarti bahwa sebesar 7,4% variasi dalam regulasi emosi remaja dapat dijelaskan oleh tingkat kelekatan ayah. Nilai F sebesar 10,766 dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$) mengindikasikan bahwa model regresi kuadratik secara statistik signifikan dan dapat digunakan untuk menjelaskan hubungan antara kedua variabel tersebut meskipun dengan pengaruh yang tergolong rendah.

Nilai R^2 sebesar 0,074 menunjukkan bahwa pengaruh kelekatan ayah terhadap regulasi emosi remaja termasuk dalam kategori pengaruh yang sangat lemah. Dengan kata lain, hanya sebagian kecil variasi dalam regulasi emosi yang dapat dijelaskan oleh kelekatan ayah, sementara 92,6% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam model ini, seperti kelekatan dengan ibu, kualitas hubungan dengan teman sebaya, temperamen individu, serta lingkungan sosial dan pendidikan. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Maureen & Febrieta (2024) yang menjelaskan bahwa kelekatan orang tua dapat berperan untuk meningkatkan regulasi emosi pada anak remaja, kelekatan orang tua memberikan anak keamanan emosional, sehingga dapat meningkatkan kemampuan regulasi emosi.

Jenis hubungan yang ditemukan mengikuti pola non-linier kuadratik, menunjukkan bahwa hubungan antara kelekatan ayah dan regulasi emosi membentuk garis lengkung. Hal ini berarti bahwa memiliki kelekatan ayah yang sangat rendah atau sangat tinggi tidak selalu berhubungan dengan regulasi emosi yang baik. Faktanya, kelekatan ayah yang moderat atau seimbang cenderung membantu remaja mengelola emosi mereka dengan lebih efektif. Hal ini menunjukkan bahwa jenis kelekatan yang ekstrem, baik yang jauh maupun terlalu dekat,

seperti terlalu protektif, dapat menghambat kemampuan untuk menangani emosi dengan cara yang sehat.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Lansford et al. (2005), yang menunjukkan bahwa pengaruh pola asuh terhadap penyesuaian emosional anak membentuk hubungan non-linear berbentuk kurva U terbalik. Pola pengasuhan yang terlalu permisif atau otoriter justru dapat mengganggu kemampuan anak dalam menyesuaikan diri secara emosional. Oleh karena itu, pendekatan yang moderat dan seimbang menjadi yang paling efektif dalam mendukung perkembangan emosi anak. Penelitian Ruan et al. (2025) juga mendukung pola hubungan non-linear kuadrat. Dalam penelitiannya mengenai social comparison dan depresi pada remaja, ditemukan bahwa pada tingkat sedang, social comparison memiliki efek protektif terhadap depresi, tetapi pada tingkat rendah maupun tinggi justru berkaitan dengan peningkatan risiko depresi. Pola ini menegaskan bahwa tidak semua hubungan antar variabel psikologis bersifat linear, melainkan dapat mengikuti bentuk kurva, termasuk dalam konteks regulasi emosi.

Secara teoritis, temuan penelitian ini selaras dengan teori kelekatan yang diajukan oleh Bowlby pada tahun 1969, yang menyoroti pentingnya ketelekatan yang aman untuk menumbuhkan pertumbuhan psikologis yang sehat. Kelekatan yang aman memberikan rasa aman dan dukungan emosional yang konsisten, yang berfungsi sebagai landasan bagi remaja untuk belajar bagaimana mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi mereka secara efektif. Gratz dan Roemer (2004) menyatakan bahwa regulasi emosi melibatkan kemampuan untuk menyadari, memahami, menerima, dan mengelola emosi secara fleksibel dan sesuai dengan situasi. Dalam hal ini, kelekatan yang positif dengan ayah dapat memainkan peran penting dalam mengembangkan keterampilan ini, terutama selama masa remaja, yang merupakan periode penting untuk perkembangan emosional. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa hubungan antara kelekatan ayah dan regulasi emosi pada remaja lebih baik dijelaskan menggunakan model regresi non-linear kuadrat. Model ini dapat menangkap dinamika hubungan yang rumit, di mana kelekatan yang tidak seimbang dapat menghambat perkembangan regulasi emosi, sementara kelekatan yang moderat atau sedang justru paling mendukung perkembangan emosi yang sehat.

Berdasarkan data deskriptif, diketahui bahwa subjek dalam penelitian ini berjumlah 272 remaja akhir di Kota Padang. Subjek terdiri dari beragam latar belakang berdasarkan usia, jenis kelamin, status pendidikan, dan suku bangsa. Berdasarkan data, mayoritas subjek penelitian adalah perempuan yaitu sebanyak 190 orang (69,6%), sedangkan laki-laki hanya 83 orang (30,4%). Ketimpangan ini mencerminkan bahwa partisipasi remaja perempuan lebih tinggi dalam pengisian kuesioner. Secara psikologis, perempuan cenderung lebih terbuka dalam

mengekspresikan emosi dan lebih responsif terhadap hubungan interpersonal, termasuk dalam hubungan dengan orang tua (Fischer & Manstead, 2000). Oleh karena itu, dominasi responden perempuan mungkin berkontribusi terhadap hasil regulasi emosi yang tergolong tinggi secara umum, karena perempuan lebih cenderung memiliki kesadaran emosional dan strategi pengelolaan emosi yang lebih kompleks dibanding laki-laki. Namun, perlu juga dicermati bahwa hal ini bisa memunculkan bias dalam generalisasi hasil, karena persepsi dan pengalaman kelekatan ayah serta cara meregulasi emosi bisa berbeda antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki misalnya, sering kali diharapkan menunjukkan ketahanan atau kemandirian emosional, sehingga kelekatan mereka dengan ayah bisa terinternalisasi berbeda.

Subjek penelitian terdiri dari remaja akhir berusia 18–21 tahun, dengan mayoritas berusia 21 tahun (48%), dan paling sedikit usia 18 tahun (5,5%). Usia 21 tahun merupakan fase puncak dari remaja akhir, di mana individu mulai mengalami kematangan dalam berpikir dan bertindak, termasuk dalam hal emosi. Hal ini sejalan dengan teori perkembangan remaja (Santrock, 2011) bahwa pada usia ini, individu mulai menunjukkan regulasi emosi yang lebih baik karena adanya perkembangan fungsi eksekutif otak seperti kontrol diri dan kemampuan mengambil keputusan. Kecenderungan tingginya usia 21 tahun pada sampel dapat menjelaskan mengapa hasil regulasi emosi berada pada kategori tinggi, karena pada usia tersebut kemampuan pengendalian diri dan pemrosesan emosional sudah berkembang lebih baik dibanding usia 18–19 tahun yang masih dalam tahap penyesuaian awal menuju kedewasaan.

Sebanyak 94,5% subjek merupakan mahasiswa, dan hanya 5,5% berstatus sebagai siswa. Mahasiswa umumnya sudah berada dalam lingkungan yang menuntut tanggung jawab sosial dan akademik yang lebih tinggi, serta mulai menjalani kehidupan yang lebih mandiri dari orang tua. Kondisi ini dapat memengaruhi dua hal yaitu, pertama, mahasiswa lebih mungkin mengalami dinamika relasi dengan ayah secara kompleks apakah itu dalam bentuk kemandirian atau konflik yang berpotensi memengaruhi kualitas kelekatan. Kedua, tuntutan kehidupan kampus bisa menjadi pemicu stres yang memerlukan regulasi emosi yang baik. Oleh karena itu, mahasiswa yang memiliki kelekatan ayah yang sehat akan lebih mampu menghadapi tekanan tersebut secara adaptif. Hal ini memperkuat relevansi antara kelekatan ayah dengan kemampuan regulasi emosi karena dalam fase mahasiswa, dukungan emosional dari keluarga, khususnya ayah, masih menjadi penyangga penting.

Mayoritas subjek berasal dari suku Minangkabau (58,6%), disusul Jawa (21,6%), Sunda (7,3%), dan lainnya dalam jumlah kecil. Dalam budaya Minangkabau, meskipun dikenal sebagai masyarakat matrilineal, peran ayah tetap memiliki nilai penting sebagai “mamak dalam keluarga ibu” yang mengatur nilai moral dan batasan perilaku. Namun secara langsung,

hubungan emosional antara anak dan ayah bisa menjadi kurang terbuka karena pengaruh budaya yang menekankan kesantunan dan batas komunikasi formal. Dengan demikian, nilai-nilai budaya Minangkabau mungkin memengaruhi cara anak merefleksikan kelekatan dengan ayah misalnya cenderung terbentuk dalam bentuk penghormatan dan keteladanan, bukan kelekatan emosional yang eksplisit. Ini bisa menjadi salah satu alasan mengapa kelekatan ayah dalam penelitian ini berada pada kategori sedang, meskipun regulasi emosinya tergolong tinggi. Artinya, kelekatan yang moderat secara emosional (tidak terlalu dekat, namun cukup suportif) sudah cukup mendukung perkembangan emosi dalam budaya lokal yang cenderung normatif.

Berdasarkan gambaran subjek, profil dominan dalam penelitian ini adalah perempuan berusia 21 tahun, berstatus mahasiswa, dan berasal dari suku Minangkabau. Karakteristik ini memberikan konteks penting bahwa regulasi emosi yang tinggi pada kelompok ini kemungkinan dipengaruhi oleh kematangan usia, lingkungan akademik yang mendorong pengembangan diri, serta budaya lokal yang memberikan struktur peran ayah yang cukup kuat meskipun tidak terlalu intim secara emosional. Maka dari itu, model kelekatan ayah yang moderasi justru menjadi lebih adaptif dalam konteks ini.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu, pertama penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan korelasional non-linear (regresi kuadratik), sehingga hanya dapat menunjukkan adanya hubungan atau pengaruh antara variabel kelekatan ayah dan regulasi emosi, tanpa mampu menjelaskan secara mendetail mengenai hubungan sebab-akibat. Kemudian metode pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner online dapat menyebabkan bias sosial dan terbatasnya pengendalian lingkungan saat pengisian, sehingga jawaban yang diberikan oleh peserta mungkin tidak mencerminkan kondisi emosional yang sesungguhnya. Dan topik penelitian yang terfokus pada remaja di Kota Padang yang mana hasil penelitian ini hanya mencakup remaja usia akhir yang tinggal di Kota Padang, sehingga tidak dapat diterapkan secara umum pada seluruh populasi remaja di tingkat nasional atau di daerah dengan latar belakang budaya serta pola pengasuhan yang berbeda.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada remaja akhir di Kota Padang, maka dapat disimpulkan bahwa:

- a. Gambaran kelekatan ayah terhadap remaja akhir di Kota Padang berada pada kategori sedang dengan presentase 53,3%.

- b. Gambaran regulasi emosi terhadap remaja akhir di Kota Padang berada pada kategori tinggi dengan presentase sebesar 42.3%.
- c. Terdapatnya pengaruh kelekatan ayah terhadap regulasi emosi pada remaja akhir di Kota Padang, dengan kategori pengaruh yang sangat lemah. Dengan kata lain, hanya sebagian kecil variasi dalam regulasi emosi yang dapat dijelaskan oleh kelekatan ayah, dikarenakan ada faktor lain yang mempengaruhi regulasi emosi.

Saran

- a) Bagi Orang Tua, terutama Ayah
Disarankan untuk menciptakan hubungan yang seimbang dengan anak remaja. Menghindari perilaku yang terlalu jauh atau terlalu mengontrol agar anak dapat mengembangkan regulasi emosi yang sehat.
- b) Pemerintah
Mengedepankan pemahaman tentang pentingnya hubungan emosional antara ayah dan anak, dengan mendorong pengembangan program yang memperkuat peran ayah dalam keluarga.
- c) Bagi Peneliti Selanjutnya
Disarankan untuk menyelidiki faktor-faktor lain yang memengaruhi regulasi emosi remaja, seperti keterikatan dengan ibu, hubungan teman sebaya, dan lingkungan sosial dan akademis, untuk membuat model prediksi lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Alberti, R., & Emmons, M. (2017). *Assertiveness and equality in your life and relationships* (10th ed.). New Harbinger.
- Aulia, R., & Shabri, I. (2024). Does the attachment between a father and his child boost adolescents' self-esteem in Minangkabau? *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 15(1), 29. <https://doi.org/10.24036/rapun.v15i1.129159>
- Azwar, S. (2014). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Bone, D., & Astuti, K. (2019). Perilaku cyberbullying pada remaja ditinjau dari faktor regulasi emosi dan persepsi terhadap iklim sekolah. *The 9th University Research Colloquium 2019 Universitas Muhammadiyah Purworejo*, 9(3), 97-109.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Dewi, A. N., & Ambarwati, K. D. (2023). Hubungan kelekatan ayah dengan regulasi emosi pada wanita dewasa awal yang bekerja dan belum menikah. *Psyche 165 Journal*, 282-287. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v16i4.291>
- Dewi, M. P., & Widyastuti, W. (2024). Keterlibatan ayah dan regulasi emosi remaja di Pamotan. *Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 8. <https://doi.org/10.47134/islamicpsychology.v1i2.81>

- Dwityaputri, Y. K., & Sakti, H. (2015). Hubungan antara regulasi emosi dengan forgiveness pada siswa di SMA Islam Cikal Harapan BSD-Tangerang Selatan. *Jurnal EMPATI*, 4(2), 20-25.
- Ervika, E. (2005). Kelekatan pada anak. *Jurnal Psikologi*, 1-17.
- 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. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Gross, J. J. (2007). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition and Emotion*, 13, 551-573. <https://doi.org/10.1080/026999399379186>
- Gunarsa, S. D. (2006). Psikologi perkembangan anak dan remaja. Gunung Mulia.
- Gusman, D. T., & Indriana, Y. (2018). Hubungan antara persepsi terhadap peran ayah dengan harga diri pada siswa SMK Negeri 3 Semarang. *Jurnal EMPATI*, 7(2), 396-403. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21713>
- Hashmi, S. (2013). Adolescence: An age of storm and stress. *Review of Arts and Humanities*, 2(1), 19-33.
<https://doi.org/10.14710/empati.2015.14886>
- Hurlock, E. B. (1980). Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Gramedia.
- Jahja, Y. (2011). Psikologi perkembangan. Kharisma Putra Utama.
- Jobson, M. C. (2020). Emotional maturity among adolescents and its importance. *Indian Journal of Mental Health*, 7(1). <https://doi.org/10.30877/IJMH.7.1.2020.35-41>
- Lansford, J. E., et al. (2005). Nonlinear effects of parenting on child adjustment. *Developmental Psychology*, 41(3), 556-568.
- Louca, E., & Omari, O. (2020). Peran (yang diabaikan) ayah dalam kesehatan mental anak. *New Ideas in Psychology*, 59, 100782. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2020.100782>
- Maldini, O. P., & Kustanti, E. R. (2016). Hubungan antara kelekatan ayah dengan penyesuaian sosial remaja putri anak TKW di Kecamatan Patebon Kendal. *Empati*, 5(4), 700-704. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15445>
- Maureen, C. L., & Febrieta, D. (2024). Peran kelekatan orang tua untuk meningkatkan regulasi emosi pada remaja akhir. *Schema: Journal of Psychological Research*, 9(1), 37-45. <https://doi.org/10.29313/schema.v9i01.4136>
- Parmanti, P., & Purnamasari, S. E. (2015). Peran ayah dalam anak. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 17(2), 8. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v17i2.687>
- 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), 231-248. <https://doi.org/10.24114/konseling.v13i2.12194>
- Prabowo, R. D. B., & Aswanti, M. (2014). Hubungan attachment ibu-anak dan ayah-anak dengan kemandirian pada remaja akhir. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Indonesia*, 7, 34-46.

- Rahmatullah, A. S. (2018). Kelekatan ayah-anak sebagai media dasar memberfungsikan kejiwaan positif anak. *Al-Murabbi*, 5(1), 1-14. <https://doi.org/10.53627/jam.v5i1.3398>
- Ruan, Q. N., Shen, G. H., & Wu, Y. W. (2025). Penerimaan diri linear dan perbandingan sosial nonlinier: Pengaruh yang saling berinteraksi terhadap depresi remaja. *BMC Psychiatry*, 25, 485. <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06873-6>
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja* (Ed. 11, Vol. 2). Erlangga.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development: Perkembangan masa hidup* (Ed. 13, Vol. 2). Erlangga.
- Saputra, S. (2017). Hubungan regulasi emosi dengan hasil belajar siswa. *Konselor*, 6(3), 96. <https://doi.org/10.24036/02017637698-0-00>
- Sarwono, S. W. (2000). *Psikologi remaja*. Rajawali.
- Silaen, A. C., & Dewi, K. S. (2015). Hubungan antara regulasi emosi dengan asertivitas (studi korelasi pada siswa di SMA Negeri 9 Semarang). *Jurnal EMPATI*, 4(2), 175-181. <https://doi.org/10.14710/empati.2015.14912>
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 9, 69-74. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2004.12.005>
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Upton, P. (2012). *Psikologi perkembangan*. Erlangga.