

HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA AKHIR YANG DIBESARKAN OLEH SINGLE PARENT

Muhammad Rivaldy¹, Untung Subroto²

^{1,2}Universitas Tarumanagara

¹muhammadrivaldyyy22@gmail.com, ²untungs@fpsi.untar.ac.id

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between parenting and emotional regulation in adolescents raised by single parents in Jakarta. The study used a correlational design, and involved 206 late adolescent participants aged 18-21 who were raised by single parents. Data were collected using Parental Authority Questionnaire (PAQ) and Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) instruments, and then analyzed using inferential statistics. The results showed a strong and significant positive relationship between parenting and emotional regulation in adolescents raised by single parents ($\rho = 0.640$; $p < 0.001$). These findings indicate that the more positive the quality of care provided by single parents, the better the ability of adolescents to regulate their emotions.

Keywords: Parenting, Single Parent, Emotional Regulation

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara pola asuh dengan regulasi emosi pada remaja akhir yang dibesarkan oleh single parent di Jakarta. Penelitian ini menggunakan desain korelasional, dan melibatkan 206 partisipan remaja akhir berusia 18-21 Tahun Tahun yang dibesarkan oleh orang tua tunggal. Data dikumpulkan menggunakan instrumen Parental Authority Questionnaire (PAQ) dan Emotion Regulation Questionnaire (ERQ), kemudian dianalisis menggunakan statistik inferensial. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat dan signifikan antara pola asuh dan regulasi emosi pada remaja yang dibesarkan oleh single parent ($\rho = 0,640$; $p < 0,001$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin positif kualitas pengasuhan yang diberikan oleh orang tua tunggal, semakin baik pula kemampuan remaja dalam mengatur emosinya.

Kata Kunci: Pola Asuh, *Single Parent*, Regulasi Emosi

A. Pendahuluan

Kenakalan remaja masih menjadi salah satu permasalahan sosial yang mendapat perhatian

karena dapat berdampak pada perkembangan psikologis maupun sosial individu. Bentuk kenakalan remaja semakin beragam, mulai dari

pelanggaran tata tertib sekolah, bullying, tawuran, penyalahgunaan narkoba, hingga perilaku seksual berisiko (Apriani, 2023; Natasya, 2021; Zulaikhah, 2024). Data yang dikutip Putri (2022) menunjukkan bahwa persentase kasus tawuran pelajar meningkat dari 12,9% pada tahun 2017 menjadi 14% pada tahun 2018. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa berbagai bentuk perilaku bermasalah pada remaja masih menjadi isu yang memerlukan perhatian dari berbagai pihak.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa munculnya perilaku bermasalah pada remaja tidak hanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan, tetapi juga oleh kemampuan regulasi emosi. Regulasi emosi merupakan kemampuan individu untuk mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara adaptif ketika menghadapi tekanan maupun perubahan situasi (Silvers, 2021). Pada masa remaja, kemampuan ini menjadi semakin penting karena individu mengalami berbagai perubahan biologis, kognitif, dan sosial yang meningkatkan kerentanan terhadap stres dan konflik emosional (Fombouchet et al., 2023). Sebaliknya, kemampuan regulasi

emosi yang rendah dikaitkan dengan meningkatnya risiko depresi, kecemasan, perilaku maladaptif, serta berbagai permasalahan penyesuaian sosial (Cracco et al., 2017).

Menurut Gross dan Thompson, regulasi emosi melibatkan beberapa strategi, seperti situation selection, situation modification, attention deployment, cognitive change, dan response modulation, yang membantu individu mengelola respons emosional secara adaptif terhadap tuntutan lingkungan (Schweizer et al., 2019). Penelitian Schäfer et al. (2016) juga menunjukkan bahwa selama masa remaja terjadi penurunan penggunaan strategi regulasi emosi yang adaptif, sehingga remaja menjadi kelompok yang rentan mengalami berbagai masalah psikologis apabila tidak memiliki kemampuan regulasi emosi yang memadai.

Salah satu faktor yang berperan penting dalam pembentukan regulasi emosi adalah pola asuh yang diterapkan orang tua. Darling dan Steinberg (1993) mendefinisikan pola asuh sebagai pola sikap dan perilaku orang tua yang relatif konsisten dalam memberikan kasih sayang, kontrol, komunikasi, serta bimbingan kepada anak sehingga membentuk iklim

emosional dalam keluarga. Baumrind mengelompokkan pola asuh menjadi tiga tipe utama, yaitu otoriter, permisif, dan otoritatif. Pola asuh otoritatif umumnya dikaitkan dengan kemampuan regulasi emosi yang lebih baik karena ditandai oleh kehangatan, komunikasi terbuka, dan pemberian batasan yang jelas (Jabeen et al., 2013; Morris et al., 2017). Sebaliknya, pola asuh permisif maupun otoriter lebih sering dikaitkan dengan berbagai masalah penyesuaian emosi dan perilaku pada remaja (Pinquart, 2017; Nathania et al., 2022).

Hubungan antara pola asuh dan regulasi emosi menjadi semakin penting untuk dikaji pada keluarga single parent. Orang tua tunggal harus menjalankan peran ganda sebagai pencari nafkah sekaligus pengasuh utama sehingga menghadapi berbagai tantangan, seperti keterbatasan waktu, tekanan ekonomi, serta beban psikologis yang dapat memengaruhi kualitas pengasuhan (Kyle et al., 2023; Chavda & Nisarga, 2023). Di Indonesia, fenomena keluarga single parent juga terus meningkat. Data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa sekitar 11% anak dan remaja di Indonesia dibesarkan oleh orang

tua tunggal, baik karena perceraian maupun kematian pasangan (Christine et al., 2024). Kondisi tersebut berpotensi mempengaruhi perkembangan emosional remaja karena keluarga merupakan sumber utama dukungan psikologis selama masa perkembangan.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa remaja yang memperoleh pengasuhan hangat, responsif, dan suportif dalam keluarga single parent cenderung memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih baik dibandingkan remaja yang mengalami pengasuhan negatif atau kurang konsisten (Ratliff et al., 2023; Daulay, 2025). Namun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya masih berfokus pada populasi remaja secara umum dan belum secara khusus mengkaji hubungan pola asuh dengan regulasi emosi pada remaja yang dibesarkan oleh single parent, terutama dalam konteks Indonesia. Selain itu, hasil penelitian terdahulu juga belum menunjukkan temuan yang sepenuhnya konsisten karena pengaruh pola asuh dapat berbeda bergantung pada konteks budaya, kondisi sosial ekonomi keluarga, maupun karakteristik remaja.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola asuh single parent dengan regulasi emosi pada remaja akhir di DKI Jakarta. Selain menguji hubungan antara kedua variabel utama, penelitian ini juga menganalisis hubungan setiap dimensi pola asuh, yaitu otoriter, permisif, dan otoritatif, dengan regulasi emosi sehingga diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai dinamika pengasuhan dalam keluarga single parent.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menganalisis hubungan antara pola asuh single parent dengan regulasi emosi pada remaja akhir. Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan menguji hubungan antarvariabel tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi terhadap partisipan.

Partisipan penelitian berjumlah 206 remaja akhir berusia 18–21 tahun yang berdomisili di DKI Jakarta dan dibesarkan oleh single parent, baik ayah maupun ibu, akibat perceraian atau meninggal dunia. Teknik

pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, yaitu pemilihan partisipan berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan Google Form yang disebarakan melalui media sosial, seperti Instagram dan WhatsApp.

Pola asuh diukur menggunakan Parental Authority Questionnaire (PAQ) yang terdiri atas 30 butir dengan tiga dimensi, yaitu otoriter, permisif, dan otoritatif. Regulasi emosi diukur menggunakan Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) yang terdiri atas dua dimensi, yaitu Cognitive Reappraisal dan Expressive Suppression.

Analisis data diawali dengan pemeriksaan kualitas data melalui uji validitas, reliabilitas, dan normalitas. Karena data tidak berdistribusi normal, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan korelasi Spearman Rank. Analisis tambahan dilakukan menggunakan Mann–Whitney U Test untuk menguji perbedaan berdasarkan jenis kelamin dan Kruskal–Wallis H Test untuk menguji perbedaan berdasarkan usia. Seluruh analisis dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 29.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini melibatkan 206 remaja akhir berusia 18–21 tahun yang dibesarkan oleh single parent di DKI Jakarta. Hasil analisis menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal sehingga pengujian hipotesis menggunakan korelasi Spearman.

Analisis korelasi menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat dan signifikan antara pola asuh dengan regulasi emosi ($r_{\text{hitung}} = 0,640$; $p < 0,001$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin positif pola asuh yang diterima remaja dari orang tua tunggal, semakin baik pula kemampuan regulasi emosinya. Pada analisis dimensi, seluruh dimensi pola asuh memiliki hubungan positif signifikan dengan regulasi emosi. Dimensi otoriter menunjukkan korelasi tertinggi ($r_{\text{hitung}} = 0,743$), diikuti permisif ($r_{\text{hitung}} = 0,647$) dan otoritatif ($r_{\text{hitung}} = 0,580$) dengan nilai signifikansi $p < 0,001$.

Analisis tambahan menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada pola asuh maupun regulasi emosi berdasarkan jenis kelamin. Berdasarkan usia, tidak

ditemukan perbedaan yang signifikan pada pola asuh total, pola asuh otoriter, pola asuh otoritatif, maupun regulasi emosi. Perbedaan hanya ditemukan pada dimensi pola asuh permisif ($H = 8,622$; $p = 0,035$), yang menunjukkan adanya variasi persepsi pola asuh permisif pada kelompok usia remaja akhir.

Tabel 1 Hasil Penelitian

Variabel	rs/H	p	Keterangan
Pola Asuh ↔ Regulasi Emosi	0,640	<0,001	Signifikan
Otoriter ↔ Regulasi Emosi	0,743	<0,001	Signifikan
Permisif ↔ Regulasi Emosi	0,647	<0,001	Signifikan
Otoritatif ↔ Regulasi Emosi	0,580	<0,001	Signifikan
Uji beda gender	–	>0,05	Tidak signifikan
Uji beda usia (Permisif)	H = 8,622	0,035	Signifikan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh single parent memiliki hubungan positif yang kuat dengan regulasi emosi remaja akhir.

Temuan ini memperkuat pandangan bahwa kualitas hubungan antara orang tua dan anak tetap menjadi faktor penting dalam perkembangan regulasi emosi, meskipun keluarga hanya terdiri atas satu orang tua. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Keegan et al. (2012) yang menunjukkan bahwa konsistensi pengasuhan dan penerimaan orang tua berperan sebagai faktor protektif terhadap penyesuaian emosional anak.

Temuan menarik pada penelitian ini adalah dimensi pola asuh otoriter memiliki hubungan paling kuat dengan regulasi emosi. Hasil tersebut berbeda dengan teori Baumrind yang menempatkan pola asuh otoritatif sebagai gaya pengasuhan paling adaptif. Namun, dalam konteks budaya kolektivistik seperti Indonesia, pengasuhan yang tegas dapat dimaknai sebagai bentuk perhatian, kontrol, dan tanggung jawab orang tua sehingga tetap berkontribusi terhadap perkembangan regulasi emosi remaja.

Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa faktor gender tidak membedakan pola asuh maupun regulasi emosi. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa remaja laki-laki dan perempuan memiliki

pengalaman pengasuhan dan kemampuan regulasi emosi yang relatif serupa. Sementara itu, usia juga tidak menunjukkan perbedaan pada sebagian besar variabel penelitian, kecuali pada dimensi pola asuh permisif. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa kualitas pola asuh merupakan faktor yang lebih berperan dalam regulasi emosi dibandingkan karakteristik demografis remaja.

D. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara pola asuh dengan regulasi emosi pada remaja akhir yang dibesarkan oleh single parent di DKI Jakarta. Seluruh dimensi pola asuh berkorelasi positif dengan regulasi emosi, dengan dimensi otoriter menunjukkan hubungan paling kuat. Analisis tambahan menunjukkan tidak terdapat perbedaan berdasarkan jenis kelamin maupun sebagian besar kelompok usia, kecuali pada dimensi pola asuh permisif. Temuan ini menegaskan pentingnya kualitas pola asuh dalam mendukung perkembangan regulasi emosi remaja pada keluarga single parent.

DAFTAR PUSTAKA

- Cracco, E., Goossens, L., & Braet, C. (2017). Emotion regulation across childhood and adolescence: Evidence for a maladaptive shift in adolescence. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 26(8), 909–921.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496.
- Daulay, N. (2025). Parenting style and emotion regulation among adolescents from single-parent families. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 22(1), 45–58.
- Hetherington, E. M., & Stanley-Hagan, M. (1999). The adjustment of children with divorced parents: A risk and resiliency perspective. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 40(1), 129–140.
- Keegan, T. H., Maccoby, E. E., & Dornbusch, S. M. (2012). Parenting practices and adolescent adjustment following parental divorce: A longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 26(4), 565–575.
- Kyle, R. G., Montgomery, C., & other authors. (2023). Challenges experienced by single parents and implications for parenting and child well-being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20.
- Maldonado, L. C., & Nieuwenhuis, R. (2019). Family policies and single parent poverty in Europe. *Journal of Social Policy*, 48(3), 1–21.
- Perez-Gramaje, A. F., Garcia, O. F., Reyes, M., Serra, E., & Garcia, F. (2020). Parenting styles and child adjustment: The role of cultural context. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7194.
- Pinquart, M. (2017). Associations of parenting dimensions and styles with externalizing problems of children and adolescents: An updated meta-analysis. *Developmental Psychology*, 53(5), 873–932.
- Schäfer, J. Ö., Naumann, E., Holmes, E. A., Tuschen-Caffier, B., & Samson, A. C. (2016). Emotion regulation strategies in depressive and anxiety symptoms in children and adolescents: A meta-analytic review. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(2), 261–276.
- Schweizer, S., Gotlib, I. H., & Blakemore, S. J. (2019). The role of affective control in emotion regulation during adolescence. *Emotion*, 20(1), 80–86.
- Silvers, J. A. (2021). Adolescence as a pivotal period for emotion regulation development. *Current Opinion in Psychology*, 44, 258–263.

Yusoff, N. H., Hoesni, S. M., & Muhammad, N. A. (2024). Gender differences in emotion regulation among urban adolescents in Malaysia. *International Journal of Adolescence and Youth*, 29(1), 1–12.