



## **HUBUNGAN PARENTING DAN KOMUNIKASI ORANG TUA DENGAN REGULASI EMOSI REMAJA PADA SISWA KELAS XI IPS DI SMAN 1 GENDING**

**Sanik Waras<sup>1</sup>, Iin Aini Isnawati<sup>2</sup>, Grido Handoko Sriyono<sup>3</sup>**

Universitas Hafshawaty Zainul Hasan<sup>1,2,3</sup>

Email Korespondensi: [sanikwaras@gmail.com](mailto:sanikwaras@gmail.com)

---

### **ABSTRAK**

Regulasi emosi adalah suatu cara serta kemampuan individu dalam mengontrol emosi, yg mana dapat dirasakan menggunakan cara mengontrol perilaku, perasaan atau pikiran dalam segi respon amarah yg ada. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan *parenting* dan komunikasi orang tua dengan regulasi emosi pada remaja kelas XI IPS di SMAN 1 Gending. Jenis penelitian dalam penelitian ini berupa jenis kuantitatif, menggunakan pendekatan (*Cross-sectional Method*), teknik *sampling proportional random sampling*, dan sejumlah sampel 104 siswa. Analisa data dilakukan menggunakan Uji Chi-Square (analisis bivariat) serta Analisis Regresi Logistik Ordinal (Analisis Multivariat). Hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan bermakna antara *parenting* dengan regulasi emosi remaja ( $p$  value = 0,039) dan terdapat hubungan Komunikasi orang tua dengan regulasi emosi remaja ( $p$  value = 0,045). Hasil dari analisis multivariat menunjukkan variabel *parenting* yang paling berpengaruh terhadap regulasi emosi remaja ( $p$  value < 0,020), sedangkan Komunikasi orang tua ( $p$  value < 0,042). Ada Hubungan *parenting* dan komunikasi orang tua dengan regulasi emosi pada remaja siswa kelas XI IPS di SMAN 1 Gending.

**Kata kunci :** *Parenting*, Komunikasi Orang Tua, Regulasi Emosi Remaja.

---

### **ABSTRACT**

*Emotion regulation is a way and individual ability to control emotions, which can be felt by controlling behavior, feelings or thoughts in terms of existing anger responses. This study aims to analyze the Correlation between parenting and parental communication with emotional regulation in adolescents in class XI IPS at SMAN 1 Gending. The type of research in this study was a quantitative type, using an approach (Cross-sectional Method), proportional random sampling technique, and a sample of 104 students. Data analysis was carried out using the Chi-Square Test (bivariate analysis) and Ordinal Logistic Regression Analysis (Multivariate Analysis). The results of bivariate analysis showed that there was a significant Correlation between parenting and adolescent emotional regulation ( $p$  value = 0.039) and there was a Correlation between parental communication and adolescent emotional regulation ( $p$  value = 0.045). The results of the multivariate analysis showed that parenting had the most influence on adolescent emotional regulation ( $p$  value < 0.020), while*

*parental communication (p value <0.042). There is a Correlation between parenting and parental communication with emotional regulation in teenagers in class XI IPS at SMAN 1 Gending.*

**Keywords :** *Parenting, Parental Communication, Adolescent Emotion Regulation.*

## PENDAHULUAN

Remaja pada masa SMA biasanya berusia madya yaitu kisaran 15-18 Tahun. Kebanyakan siswa pada usia tersebut akan mengalami bayak macam krisis bisa dari masalah dalam hal ego identity, atau strum und drang (Nazmujanah, 2020). Pada masa itu anak biasanya akan mengalami perubahan dalam hal psikologis, fisik maupun mental. Dalam kondisi tersebut remaja akan merasa kebingungan dalam mencari jati dirinya sehingga kebanyakan akan muncul keadaan dengan kecenderungan narsitis (Sembiring & Tarigan, 2022). Orang tua sebagai seorang pendidik dalam keluarga, baik dari segi kepribadian dalam berperilaku maupun dalam model keteladan bagi anak – anaknya, diperlukan gaya pengasuhan yg tepat dan optimal di setiap tahapan usia anak karena akan berdampak pada proses perkembangan maupun emosionalnya (Chandra & Sairah, 2022). sehingga penyesuaian pola pengasuhan orang tua harus sesuai dengan karakteristik anaknya (Hapshari & Puspitasari, 2022).

Emosional pada remaja akan cenderung labil, sehingga muncul kejadian yang tidak terkendali dan sering mengarah pada hal-hal negatif. (Sembiring & Tarigan, 2022). Emosi remaja terjadi karena proses pembentukan atau perkembangan moral yang belum tepat terhadap pola asuhnya (Atmojo et al., 2021). Sehingga Seorang remaja yang tidak dapat merespon emosinya dengan baik akan mengalami kesulitan dalam meregulasikan emosinya, sehingga akan berpengaruh terhadap peningkatan depresi (Sya'diyah et al., 2022). Remaja akan meluapkan semua pelampiasan emosinya terhadap orang disekitarnya (Hafifah & Anggraini, 2022). Jadi tidak mengherankan jika dari sikap remaja akan mengarah kepada keterlibatan dalam banyak kasus - kasus kriminal maupun kenakalan remaja (Sembiring & Tarigan, 2022).

Terdapat Kasus kenakalan remaja di Amerika Serikat dengan 4.600 per harinya, salah satunya di daerah Homa Bay County Kenya, kenakalan remaja tersebut hampir dilakukan oleh seluruh remaja di sekitar wilayah tersebut. Mulai dari kasus perilaku menyimpang seperti kerusakan pelajar, penggunaan narkoba, bullying, kehamilan pada remaja, serta bentuk kekerasan lainnya (Aute et al., 2020). Berdasarkan data di negara tetangga, yaitu Australia dalam penelitian Murdoch Children's Research Institute (MCRI) tingkat kenakalan remaja Australia seperti tingkah laku yang kasar lebih tinggi dibanding remaja Amerika serikat. Menurut Data dari Pusdatin Kemenkes RI (2022) ada 226 kasus kekerasan fisik, psikis maupun perundungan atau bullying pada Remaja (I. M. H. Rahmawati et al., 2022).

Berdasarkan menurut data Simfoni\_PPA di Dinas Provinsi Jawa Timur (2022) jenis kasus kenakalan remaja yang meningkat yaitu kekerasan seksual yang tercatat 358, kategori kekerasan psikis tercatat 204 kasus dan kekerasan kategori fisik tercatat 141 kasus. Berdasarkan data tabulasi POLRES PROBOLINGGO yang terjadi di Kabupaten Probolinggo (2022), Beredar terjadinya kasus kenakalan remaja dengan jenis pemerkosaan Bergilir yang dilakukan oleh 7 Remaja dengan Korban Kekerasan Seksual, yaitu gadis pelajar dengan usia 15 tahun. Berdasarkan dari hasil studi pendahuluan yg sudah dilakukan oleh peneliti pada SMAN 1 GENDING dihasilkan Peneliti telah melakukan wawancara kepada 10 siswa (100%) didapatkan 8 siswa (80%) mengalami ketidakefektifan dalam mengatasi regulasi emosinya, dikarenakan dari beberapa faktor seperti, di akibatkan oleh kurangnya didikan pola asuh, maupun komunikasi yang belum terjalin dengan baik antara kedua pihak yaitu anak dan orang

tua, sehingga anak dapat melakukan tindakan yang akan berujung melanggar aturan sekolah dan 2 siswa (20%) efektif dalam meregulasi emosinya, karena beradaptasi dalam ruang lingkup keluarga yang didikan pola asuh dan komunikasi yang baik. Anak SMA cenderung bisa membantah kepada orang tuanya karena merasa sudah besar. Setelah di gali penyebab emosi anak-anak remaja ini ternyata orang tuanya sering kali memarahi anaknya dirumah, terlalu mengengking anak nya, dan orang tua tidak bisa memberi kepuasan dalam meyikapi keinginan anaknya, hal-hal ini lah yang berdampak pada emosi anak remaja yang akan terbawa sampai ke tempat sekolah, akibatnya dari hal tersebut anak akan merasa tidak ingin mengikuti proses pembelajaran dan dapat melanggar peraturan sekolah.

Dalam Fase pembentukan remaja Menurut penelitian Andi Tenri Pada Rustham & Nur Syamsu Ismail (2022) bahwa Remaja memerlukan dukungan dari orang tuanya dalam pencarian ciri-ciri remaja untuk dapat memperoleh dukungan dan kebebasan untuk bereksplorasi. sehingga hubungan komunikasi dengan orang tua sangat penting dilakukan Bisa dengan perihal ekspresi dalam berkomunikasi, baik dalam keadaan emosi negatif maupun emosi positif sehingga hal tersebut akan memberikan anak kenyamanan dan keamanan. (Samudra et al., 2022). Berdasarkan penelitian oleh Jobson (2020) mengungkapkan remaja yang kurang mampu dalam mengendalikan emosinya akan berpengaruh terhadap perilaku sikap yang buruk. Kemampuan dalam mengontrol emosi harus dimiliki oleh remaja, sehingga remaja dapat mengontrol respon emosinya disaat menghadapi suatu keadaan yang menekan. (Nabilah & Hadiyati, 2021).

Remaja dapat melihat bentuk atau perilaku dari orang tua dalam merespon emosionalnya, dimana anak disaat merasakan stress akan cenderung memperoleh cara mengelola emosi yang dirasakan dari interaksi emosional yang diberikan orang tua kepada anak (Kholifah & Astrella, 2020). Komunikasi yang terjalin tak jarang antara anak serta orang tua akan menciptakan keadaan regulasi emosi yang positif baik bagi anak begitu pula dalam keluarga bisa dengan berinteraksi antar pribadi istri dan suami, ayah dengan anak, ibu dengan anak, atau sesama anak-anak sehingga dari hal tersebut anak akan dapat menerima perasaan didukung oleh keluarga (Nabilah & Hadiyati, 2021). Dari fenomena diatas untuk membandingkan anatara hubungan pola komunikasi orang dan regulasi emosi remaja yang berkelanjutan yang akan muncul. Sehingga Peneliti muncul ide ketertarikan untuk melakukan penelitian tentang hubungan parenting dan komunikasi orang tua dengan regulasi emosi remaja pada siswa kelas XI IPS di SMAN 1 GENDING.

## METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan pendekatan (Cross-sectional Method) yang bertujuan dalam menganalisis hubungan atau korelasi antara dari variabel bebas dan variabel terikat sehingga dari hasil penelitian akan dapat menjawab hipotesis yang sudah dilakukan di SMAN 1 Gending. Penelitian ini memiliki tiga variabel, yaitu *parenting* dan komunikasi orang tua sebagai variabel independent dan Regulasi emosi remaja sebagai variabel dependent. Populasi berasal dari semua peserta didik kelas XI IPS di SMAN 1 Gending yang berjumlah 142 siswa. Sedangkan sampel yang diambil sejumlah 104 siswa dengan menggunakan tehnik *proportional random sampling*, dengan kriteria yang memenuhi syarat sesuai dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi.

Instrumen menggunakan kuisisioner dengan *Parental Authority Questionnaire (PAQ)* sebagai alat ukur kuisisioner *Parenting*, skala *Parent-Adolescent Communication Scale (PACS)* sebagai alat ukur kuisisioner Komunikasi orang tua dan *Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ)* sebagai alat ukur kuisisioner dalam merespon Regulasi emosi remaja.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden sesuai Data Umum, yaitu Jenis Kelamin, Usia, Pendidikan Terakhir Ayah, Pendidikan Terakhir Ibu, Pekerjaan Ayah, dan Penghasilan Ayah tahun 2023 (F = 104).

No	Distribusi Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
<b>1</b>	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki – laki	47	45,2%
	Perempuan	57	54,8%
<b>2</b>	<b>Usia</b>		
	16 Tahun	28	26,9%
	17 Tahun	59	56,7%
	18 Tahun	17	16,3%
<b>3</b>	<b>Pendidikan Terakhir Ayah</b>		
	Tidak Sekolah	6	5,8%
	SD/Sederajat	7	6,7%
	SMP/Sederajat	18	17,3%
	SMA	68	65,4%
	Sarjana	5	4,8%
<b>4</b>	<b>Pendidikan Terakhir Ibu</b>		
	Tidak Sekolah	6	5,8%
	SD/Sederajat	10	69,6%
	SMP/Sederajat	34	32,7%
	SMA	52	50,0%
	Sarjana	2	1,9%
<b>5</b>	<b>Pekerjaan Ayah</b>		
	Petani	52	50,0%
	Wiraswasta	47	45,2%
	PNS	5	4,8%
<b>6</b>	<b>Penghasilan Ayah</b>		
	Rp 600.000 – Rp 1.400.000	40	38,5%
	Rp 1.500.000 – Rp 2.300.000	32	30,8%
	Rp 2.400.000 – Rp 3.200.000	27	26,0%
	Rp 3.300.000 – Rp 4.100.000	5	4,8%

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden berdasarkan Data Khusus, yaitu Parenting Orang Tua, Komunikasi Orang Tua, dan Regulasi Emosi Remaja tahun 2023 (F = 104)

No	Distribusi Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
<b>1</b>	<b>Parenting Orang Tua</b>		
	Otoriter	18	17,3%
	Demokratis	72	69,2%
	Permisif	14	13,5%
<b>2</b>	<b>Komunikasi Orang Tua</b>		
	Tinggi	14	13,5%
	Sedang	77	74,0%
	Rendah	13	12,5%
<b>3</b>	<b>Regulasi Emosi Remaja</b>		
	Baik	48	46,2%
	Sedang	45	43,3%
	Remdah	11	10,6%

Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan bermakna antara parenting dengan regulasi emosi remaja ( $p=0,039$ ) serta terdapat hubungan Komunikasi orang tua dengan regulasi emosi remaja ( $p=0,045$ ). Hasil analisis multivariat menggunakan uji regresi logistik ordinal menunjukkan variabel parenting yang paling berpengaruh terhadap regulasi emosi remaja ( $p<0,020$ ), sedangkan Komunikasi orang tua ( $p<0,042$ ).

## PEMBAHASAN

Menurut penelitian Muna Salwa Mawaddati (2021) bahwa parenting orang tua dan anak bertujuan untuk menstimulasi anak dengan mengubah perilaku atau tingkah lakunya, pengetahuan, nilai-nilai, sesuai dengan cara pola adaptasi lingkungannya sehingga pola perilaku tersebut akan diterapkan oleh anak. Menurut penelitian (Haikal Achmad, 2022) bahwa salah satu Penghambat kreativitas anak dapat dilihat dari parenting orang tuanya. Parenting orang tua dapat diartikan sebagai perilaku yang memperlakukan anak dengan memberikan arahan terhadap kesehariannya dalam menggapai sifat kedewasaannya kelak sesuai dengan adat yang berlaku (Herman Vany Silvana et al. 2023). Pembentuk karakteristik anak akan berbeda-beda tergantung kepada parenting orang tua yang berikan, sehingga hal tersebut juga akan berdampak terhadap mental anak. (Azzahra et al., 2021).

Menurut Utami & Santoso (2021) Interaksi antara anak dan orang tua dapat dilakukan dengan membantu orang tua dengan merawat, membimbing, mendidik dan menjaga. Orang tua juga dapat menerapkan nilai atau norma agar anak memiliki pengalaman dalam menumbuhkan kedisiplinan. Model utama anak dalam memperlakukan orang tua dengan hormat merupakan bentuk apresiasi yang baik (Alwi et al., 2022). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Apriani Dilla (2021) Gaya komunikasi orang tua merupakan merupakan suatu interaksi seseorang dalam membangun hubungan antara anak dan orang tua dengan melihat gaya komunikasi dengan berbincang—bincang atau bertukar ide secara terbuka dengan orang tua serta memperhatikan atau memberikan suatu perhatian antara satu sama lain.

Menurut penelitian Nindita & Nawangsary (2022) Terkait prestasi dan empati komunikasi orang tua secara positif akan berkaitan dengan keterbukaan remaja dan orang tua dapat menghindari dari kenakalan serta sifat depresi pada remaja. Orang tua juga dapat memberikan fungsi kontrol berupa nasehat kepada anak. (Choirunissa & Ediati, 2020). Regulasi emosi dapat dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, usia, budaya, religiusitas dan keluarga. Kemudian faktor pendorong seperti model pengasuhan, komunikasi orang tua, dampak dari lingkungan yang tidak mendukung akan mengakibatkan anak mengalami kesulitan dalam merespon atau mengontrol keadaan emosinya sehingga anak akan kurang terampil dalam meregulasi emosi (Adryanzah, 2023).

Peneliti ini sejalan Sahara et al (2023) Dalam pengendalian emosi anak, peran orang tua atau keluarga akan memiliki cara untuk berinteraksi dengan anaknya dengan memberikan pendekatan baik dalam keadaan langsung maupun dalam keadaan interaksi tidak langsung. Menurut Surahman (2021) Penanaman pendidikan emosional anak pertama kali akan di perankan oleh keluarga terlebih dahulu, sehingga anak akan melihat pengalaman dari orang tuanya. terdapat 3 macam parenting yang peneliti lakukan dalam penyebaran kuesioner di kelas XI IPS di SMAN 1 Gending, diantaranya yaitu parenting orang tua otoriter, demokratis, dan permisif. Dari hasil penelitian yang di lakukan dengan penyebaran kuesioner kepada 104 responden bisa dilihat bahwa parenting orang tua yang diberikan kepada anak lebih dominan kebanyakan dari hasil jawaban menunjukkan ke arah parenting demokratis dibandingkan dengan otoriter dan permisif.

Berdasarkan hal yang terjadi menunjukkan bahwa parenting orang tua pada SMAN 1 Gending mengarah ke kategori sedang (75,0%) yang menjadi permasalahan dibuktikan dari

data jawaban kuesioner terhadap Kurangnya penerimaan orang tua terhadap pemikiran anak tentang suatu aturan dan larangan yang menurut anak tidak masuk akal (36.5%), Kurangnya ketidaktahuan anak dalam mengetahui harapan orang tua dan sungkan mendiskusikan harapannya kepada orang tua karena menurutnya tidak masuk akal (52.9%), kurangnya orang tua dalam mempertimbangkan pendapat tentang hal yang diinginkan oleh anaknya (41,3%), dan kurangnya pemberian arahan yang jelas dari perilaku orang tua ketika anak tidak setuju dengan orang tua (27.9%).

Dari beberapa permasalahan diatas mengenai parenting orang tua maka peneliti berupaya untuk memberikan solusi mengenai permasalahan diatas, yaitu seharusnya orang tua dapat menerima secara verbal tentang suatu aturan yang menurut anaknya tidak masuk akal, agar anak merasa dinggap dan bisa berpendapat atau berdiskusi kepada orang tua jika aturan yang diberikan oleh orang tuanya itu tidak masuk akal, sebagai orang tua juga harus introspeksi diri apakah aturan tersebut akan lebih baik kedepannya atau tidaknya. Meskipun untuk kebaikan anak tersebut, orang tua terkadang dapat menyakiti perasaan anaknya, orang tua harus memikirkan pemahaman perasaan anaknya, agar anak tidak merasa tertekan atau terpaksa dengan aturan yang diberikan oleh orang tuanya tersebut. Seharusnya orang tua dapat memahami suatu harapan dari anaknya dan anak harus juga memahami harapan dari orang tuanya. inti dari permasalahan ini harus saling ada kepercayaan dan keberanian untuk mengungkapkan atau mengutarakan harapan-harapannya, baik dari anak maupun orang tua, jadi tugas orang tua dan anak saling memperbaiki interaksi komunikasinya. Jadi komunikasi merupakan suatu jalan keluar dari permasalahan ini, agar kedepannya harapan tersebut dapat sejalan dan tidak ada keraguan dalam menjalankannya.

Upaya orang tua yang wajib di perbaiki, yaitu seperti pola pengasuhan juga penting sebab secara langsung maupun tidak langsung dari sikap atau tindakan orang tua yang diberikan pada anak akan menghasilkan watak anak dan menentukan sikap anak, dan sikap anak dikemudian hari. Seharusnya Orang tua memberikan perilaku yang jelas terhadap anaknya jika menurut anak tersebut pendapat orang tua itu salah. Misal orang tua memang melakukan kesalahan dalam berperilaku terhadap anak nya. Penjelasan yg baik seharusnya orang tua memberikan fakta kepada anak tersebut, bisa dengan cara meminta maaf atas perbuatannya dan biasakan lah perilaku ini dalam mendidik anak, karena kegunaannya sangat luar biasa. karena anak akan menyadari bahwa setiap orang, baik itu telah dewasa juga masih berusia muda akan berbuat hal yang keliru juga, tetapi tergantung bagaiman individu menyikapinya. Kebanyakan orang tua itu gengsi untuk mengutarakan permintaan maaf, karena merasa hal yang dilakukan itu benar. Hal tersebut lah yang membuat orang tua dapat memberikan suatu penjelasan atau arahan yang tidak jelas.

Penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi orang tua pada SMAN 1 Gending mengarah ke kategori sedang (75,0%) yang menjadi permasalahan dibuktikan dari data jawaban kuesioner terhadap kurangnya kepercayaan anak terhadap orang tua (34,6%), anak merasa acuh terhadap pembicaraan orang tua yang dirasa kurang penting menurut anak (40.4%), kurangnya keterbukaan mengenai permasalahan anak terhadap orang tua (27,9%), kurangnya anak dalam menunjukkan perasaan kasih sayang terhadap orang tua (25.0%), kurangnya orang tua perhatian saat memahami keadaan situasi anak (24,0%), kurangnya perbincangan dalam membahas suatu masalah dengan orang tua (27.9%).

Dari beberapa permasalahan diatas mengenai komunikasi orang tua maka peneliti berupaya untuk memberikan solusi mengenai permasalahan diatas, yaitu seharusnya anak harus menunjukkan bahwa mereka percaya kepada orang tua, jika anak merasa tidak percaya, dengan keadaan untuk dibicarakan kepada orang tua akan ada perasaan yang muncul seperti kekesalan, kekecewaan, dan ketidaknyamanan pada berkomunikasi menggunakan orang tua. Selain itu orang tua seharusnya mejadi kawasan cerita bagi anak. sebagai akibatnya, hubungan komunikasi antara anak menggunakan orang tua baik. Seharusnya anak

mendengarkan pembicaraan orang tua meskipun pembicaraan tersebut diluar kepentingan anak, karena terkadang dari hal-hal yang tidak penting tersebut terdapat unsur pelajaran terbaik yang bisa diambil dari pembicaraan orang tua. Seharusnya anak memiliki keterbukaan terhadap orang tua agar dapat memberikan dampak positif yang baik untuk perkembangannya.

Sehingga keterbukaan anak kepada orang tua dapat membantu anak untuk meningkatkan kemampuan mengatasi masalah dan meningkatkan kepercayaan diri serta hubungan akan menjadi lebih akrab. Seharusnya anak memiliki kesadaran diri untuk menunjukkan kasih sayang kepada orang tua, minimal dibuktikan dengan perilaku yang baik, hormat, taat, patuh dan tidak membantah. Seharusnya Orang tua memberikan perhatian saat memahami keadaan situasi anak maupun dalam membahas suatu masalah dengan anak. Upaya yg wajib dilakukan oleh orang tua bisa dengan cara membangun koneksi baru lagi dengan anak dengan cara meluangkan waktu untuk anak, memperhatikan kebutuhan dan keinginan anak tetapi bukan berarti selalu menuruti kemauannya, tapi anak mau berdiskusi tentang baik buruk suatu keinginannya sehingga ketika tidak dipenuhi pun anak akan mengerti dan bisa menerima dengan lapang setelah diberi pengertian, serta memperbaiki interaksi komunikasi dengan anak, dan jangan ragu untuk mengutarakan rasa kasih sayang kepada anak.

Hasil penelitian secara umum dari faktor tingkat regulasi emosi dalam kategori rata rata Baik, yang artinya remaja pada kelas XI IPS di SMAN 1 Gending mayoritas bisa mengendalikan emosi, meskipun ada sebagian dari mereka mempunyai tingkat regulasi emosi yang rendah dan sedang. Tingkat regulasi emosi remaja yang Buruk dikarenakan anak masih belum bisa berpikir positif dalam merubah emosinya, tidak tenang dalam mengontrol rasa kesenangan dan kesedihan yang dialami, belum merubah sudut pandang untuk merasakan emosi yang lebih positif. Tingkat regulasi emosi remaja yg sedang masih berada pada tahapan kemampuan meregulasi emosi yg baik tetapi belum maksimal. Hal ini pula berkaitan menggunakan kemampuan pemahaman akan diri sendiri mengenai emosi yang dirasakan. Mereka cenderung tidak terlalu memberi batasan yg bertenaga dalam mengekspresikan emosi positif maupun negatif, sebagai akibatnya bisa menempatkan emosi secara sempurna, bisa berpikir secara jelas dan lebih positif. Sedangkan tingkat regulasi yang baik dari data kuesioner dipengaruhi karena anak sering berpikir merubah emosi yang positif, sering tidak menunjukkan sikap emosinya, sangat sering mengontrol perasaan bahagia maupun amarahnya agar tetap tenang dalam situasi yang menekan, sering tidak mengutarakan emosinya.

Dari penelitian ini mampu disimpulkan bahwa diperoleh parenting dan komunikasi orang tua yg Secara logis bisa dijelaskan bahwa seseorang dapat menerima dukungan instrumental yg terpenuhi dari keluarga, sahabat ataupun lingkungan disekitarnya. Bentuk kemandirian yg mereka miliki sangat diperlukan dan kemampuan pada saat mengontrol diri dalam berperilaku dengan cara yang tepat waktu menghadapi suatu insiden. Regulasi emosi bisa membantu individu pada mengelola dan mengatur emosi supaya tidak berlebihan di situasi yg dapat menimbulkan ketegangan. Kemampuan dalam mengatur emosi dapat dipandang berasal pengalaman yang terjadi yang dapat mengurangi emosi negatif sehingga terhindar dari depresi, lebih optimis dan merasa lebih memiliki kepuasan hidup.

### **SIMPULAN DAN SARAN**

Disimpulkan bahwa dari 104 responden sebanyak 72 responden (69.2%) menyatakan Parenting orang tua mengarah ke kategori demokratis pada kelas XI IPS di SMAN 1 Gending. Disimpulkan bahwa dari 104 responden sebanyak 77 responden (74.0%) menyatakan Komunikasi orang tua mengarah ke kategori sedang pada kelas XI IPS di SMAN 1 Gending. Disimpulkan bahwa dari 104 responden sebanyak 48 responden (46.2%) menyatakan Regulasi Emosi mengarah ke kategori Baik pada kelas XI IPS di SMAN 1

Gending. Ada Hubungan parenting orang tua dengan regulasi emosi remaja pada kelas XI IPS di SMAN 1 Gending yaitu  $p$  value = 0,039. Ada Hubungan komunikasi orang tua dengan regulasi emosi remaja pada kelas XI IPS di SMAN 1 Gending yaitu  $p$  value = 0,045. Faktor yang paling dominan mempengaruhi Regulasi emosi remaja pada kelas XI IPS di SMAN 1 Gending adalah *Parenting* dengan nilai  $p$  value  $0.020 < 0.05$ .

Saran bagi peneliti selanjutnya perlu menyempurnakan dampak dari analisa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi seperti pengalaman orang tua, lingkungan, Usia, parenting orang tua dan komunikasi orang tua. Pelatihan parenting dan Komunikasi orang tua dapat dikembangkan dan dapat membuat modul adaptif pada orang tua.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adryanzah et al. (2023). *Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Akhir Dalam Menyusun Skripsi*. Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta. <https://eprints.iain-surakarta.ac.id/id/eprint/6837>
- Alwi, M. H., Nurfaridah, K., Br. Purba, S. A., Suci, P. H., & Nasution, F. (2022). *Peran Pola Asuh Orang Tua Terhadap Pembentukan Karakter Anak Usia Dini*. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 2685–9351. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/10680>
- Apriani, D. (2021). *Pola Komunikasi Orangtua Terhadap Pembentukan Konsep Diri Pada Remaja Di Desa Baru Kecamatan Batang Kuis Kabupaten Deli Serdang*. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. <http://repository.uinsu.ac.id/15656/>
- Atmojo, A. M., Sakina, R. L., & Wantini, W. (2021). *Permasalahan Pola Asuh Dalam Mendidik Anak Di Era Digital*. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 1965–1975. <https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/arti cle/view/1721>
- Aute, D. A., Poipoi, M. W., & Khasakhala, O. E. (2020). *Family Socioeconomic Status And Deviant Behaviour Among Secondary School Students In Homabay County, Kenya*. *Science Journal Of Education*, 8(1), 14–21. [10.11648/j.sjedu.20200801.13](https://doi.org/10.11648/j.sjedu.20200801.13)
- Azzahra et al. (2021). *Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Mental Remaja*. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(3), 461. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i3.37832>
- Chandra, A., & Sairah. (2022). *Implementasi Tiger Parenting Dan Regulasi Emosi Orang Tua Terhadap Anak*. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4538–4546. <https://www.obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/view/2483>
- Hafifah, N., & Anggraini, F. (2022). *Kematangan Emosi, Religiusitas Dan Perilaku Agresif*. *Jurnal At-Taujih: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* hal 19–31. <https://ejournal.iaida.ac.id/index.php/jbkid/article/view/1476>
- Haikal Achmad. (2022). *Gaya Komunikasi Ganjar Pranowo Dalam Tayangan Youtube Atas Kasus Penerimaan Siswa Baru Dengan Sistem Zonasi*. *Universitas Sahid Jakarta Vol 2 No 1 Hal : 64-75*. <http://jurnal.bsi.ac.id/index.php/jmp/article/view/1048/859>
- Hapshari, A. D., & Puspitasari, D. N. (2022). *Kesejahteraan Psikologis Pada Ibu Bekerja : Pengaruh Regulasi Emosi Dan Self- Compassion*. *Jurnal Sains Psikologi*, 11(2), 165–171. <http://journal2.um.ac.id/index.php/JSPsi/article/view/30477>

- Hardiansyah, H., Putri, A. P., Wibisono, M. D., Utami, D. S., & Diana, D. (2020). Penyusunan Alat Ukur Resiliensi Akademik. *Psikostudia: Jurnal Psikologi* 9(3), 185–194. <https://e-journals.unmul.ac.id>
- Herman Vany Silvana et al. (2023). *Hubungan Jenis Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kejadian Depresi Pada Remaja Usia 16–18 Tahun Di SMA Negeri 2 Bondowoso*. *JUKEJ : Jurnal Kesehatan Jompa* Vol 2 No 1. <https://jurnal.jomparnd.com/index.php/jkj/article/view/668/600>
- Khofifah, A. N. (2022). *Pengaruh Father Involvement Terhadap*. Universitas Bosowa. <https://repository.unibos.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789>
- Khofifah, A.N. (2022). *Pengaruh Father Involvement Terhadap Regulasi Emosi Remaja Akhir di Kota Makassar*. In Universitas Bosowa.
- Muna, S. M. (2021). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Regulasi Emosi Pada Anak Tuna Grahita Di Slb Purna Yuda Bhakti Surabaya*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya. <http://repository.stikeshangtuah-sby.ac.id/465/>
- Nabilah, S. M., & Hadiyati, F. N. R. (2021). *Hubungan Antara Kelekatan Pada Ibu Dan Regulasi Emosi Remaja Pada Siswa Kelas X Dan Xi Sma Boarding School*. *Jurnal Empati*, 10(5), 305–309. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/32931>
- Nazmujanah, S. (2020). *Religiusitas Narapidana Remaja Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas Ii Bandar Lampung Tahun 2019*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 6(1), 5–10. <http://repository.radenintan.ac.id/10307/>
- Nindita, A. S., & Nawangsary, N. A. F. (2022). Hubungan Antara Komunikasi Orang Tua-Remaja Dengan Kecenderungan Kenakalan Remaja Laki-Laki. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental : Universitas Airlangga*. <https://repository.unair.ac.id/119618/1>
- Rahmawati, I. M. H., Rosyidah, I., & Hartatik, H. (2022). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Bullying Pada Anak Sekolah Dasar*. *Jurnal Keperawatan*, 20(2), 77–86. <https://digilib.itskesicme.ac.id/ojs/index.php/jip/article/view/1040>
- Rustham, A. T. P., & Ismail, N. S. (2022). *Pengaruh Self Regulation Terhadap College Adjustment Pada Mahasiswa Tahun Pertama di Kota Makassar*. In Universitas Hasanuddin
- Samudra, W. S., Emiliana, P., Anugraheni, I., & Rahardjo, S. (2022). *Pengaruh Terapi Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Agresif Pada Remaja Putra*. *Java Health Journal*, 9(1). <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/download/5998/pdf>
- Semiring, M., & Tarigan, T. (2022). *Hubungan Regulasi Emosi Dengan Resiliensi Akademik Siswa Sma Seminari Menengah Pematangsiantar*. *Jurnal Penelitian Pendidikan Agama Katolik*, 2(2), 131–147. <https://doi.org/10.52110/Jppak.V2i2.56>
- Surahman, B. (2021). *Korelasi Pola Asuh Attachment Parenting Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini*. Cv Zigie Utama. <http://repository.iainbengkulu.ac.id/5829/>
- Sya'diyah, H., Hanggarani, N. R., & Ariyanti, A. F. (2022). *Kesulitan Regulasi Emosi Pada Dewasa Awal Dengan Moderate Depression*. *Mediapsi*, 8(1), 16–27. <https://mediapsi.ub.ac.id/index.php/mediapsi/article/view/296/217>