

ABSTRAK

Syifa, Itsna Duroti Layyinat. 2014. Hubungan Antara Kualitas *Attachment* dengan Regulasi Emosi Pada Remaja Di SMA Yayasan Pandaan. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Dosen Pembimbing: Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag

Kata kunci: regulasi emosi, kualitas *attachment* (kelekatan)

Kenakalan remaja adalah salah satu bentuk kurang mampuan individu dalam meregulasi emosinya. Hal tersebut termasuk kategori gangguan emosional pada masa remaja. Karena ketika seseorang dalam mencapai tujuannya telah gagal, maka ia akan mengalami tekanan psikologis dan akan memilih reaksi emosi yang sesuai dengan kondisi tersebut dengan melakukan tindakan agresi internal/eksternal. Sehingga, kemampuan meregulasi emosi perlu dilakukan terutama bagi para remaja. Thompson (1994:27-28) mendefinisikan regulasi emosi sebagai proses intrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosi secara intensif dan khusus untuk mencapai suatu tujuan. Kelekatan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi regulasi emosi. Kelekatan yang dibangun oleh remaja dengan figur lekat (ibu, ayah & teman sebaya) dapat mempengaruhi perkembangan kehidupan individu, sehingga hal tersebut perlu diberi perhatian yang lebih.

Berdasarkan hal tersebut penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kualitas *attachment* remaja terhadap ibu, ayah & teman sebaya dengan tingkat regulasi emosi. Selanjutnya, penelitian ini diharapkan bisa memberikan pemahaman tentang hubungan kualitas *attachment* dengan regulasi emosi pada remaja di SMA Yayasan Pandaan.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SMA Yayasan Pandaan Tahun Ajaran 2013-2014. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling* sebesar 50% dengan sampel yang didapat berjumlah 92 siswa. Skala dalam penelitian ini diadaptasi dari Gross & John (2003), seorang penulis ERQ (*The Emotional Regulation Questionnaire*), dalam teori tersebut terkandung 10 item pernyataan dengan reliabilitas $\alpha=0,642$ untuk mengukur tingkat regulasi emosi. Sedangkan, untuk mengukur kualitas *attachment* menggunakan skala IPPA *Revised-Version* (Armsden & Greenberg, 2009) yang diadaptasi oleh Sakdiyah (2014). Tingkat reliabilitas dari skala kelekatan remaja terhadap ibu (10 item) diketahui $\alpha=0.826$, kelekatan remaja terhadap ayah (12 item) diketahui $\alpha=0.824$, dan kelekatan remaja terhadap teman sebaya (11 item) diketahui $\alpha=0,820$. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis regresi linear berganda. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan nilai *R Square* sebesar 0,124 yang berarti, jika variabel kualitas *attachment* jika dikorelasikan dengan variabel terikat (regulasi emosi) menghasilkan korelasi atau memberi pengaruh sebesar 12,4% serta nilai $F = 4,148$ signifikansi $p = 0,008$.

Hasil penelitian menunjukkan semakin tinggi kualitas kelekatan remaja terhadap ayah maka semakin tinggi regulasi emosi. Sedangkan pada kualitas kelekatan remaja terhadap ibu dan teman sebaya, semakin tinggi kualitas kelekatan tersebut maka semakin rendah regulasi emosi. Dengan demikian, penting bagi remaja untuk meningkatkan kualitas *attachment* (ibu, ayah, & teman sebaya) supaya dapat meningkatkan kemampuan regulasi emosi.