

Peran Disregulasi Emosi terhadap *Parenting Style* Orang Tua dalam Mengasuh Anak

Rahmi Habibah, Dyah Rachman Kuswartanti, Nabila Putri Utami

Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia

Email: rahmihabibah@unibi.ac.id; dyahrachman@unibi.ac.id; nabilaputriutami11@gmail.com.

Diterima:
22 Mei 2025

Diterima Setelah Revisi:
14 Juni 2025

Dipublikasikan:
30 Juni 2025

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh disregulasi emosi orang tua terhadap *parenting style* yang dipilih untuk mengasuh anak. Penelitian ini menggunakan studi kuantitatif dilakukan untuk mengukur peran disregulasi emosi terhadap *parenting style* yang dipilih orang tua dalam mengasuh anak. Responden penelitian ini berjumlah 92 orang tua di Jawa Barat yang memiliki minimal satu orang anak. Penelitian ini menggunakan alat ukur yang diadaptasi ke Bahasa Indonesia yakni *Brief Version Difficulties in Emotion-Regulation Scale* yang terdiri dari 16 item dan *Parenting Style Questionnaire* yang terdiri dari 30 item. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji regresi sederhana pada disregulasi emosi terhadap *parenting style*. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi sebesar $<0,001$ yang menunjukkan adanya pengaruh disregulasi emosi terhadap *parenting style* orang tua dalam mengasuh anak.

Kata Kunci: Disregulasi Emosi, *Parenting Style*, Orang Tua, Anak.

Abstract

This study was conducted to examine the influence of parental emotion dysregulation on the parenting style chosen to raise children. A quantitative approach was used to measure the role of emotional dysregulation in determining the parenting style selected by parents. The study involved 92 parents in West Java who had at least one child. The instruments used were adapted into Indonesian, namely the Brief Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale, which consists of 16 items, and the Parenting Style Questionnaire, which consists of 30 items. The hypothesis was tested using a simple regression analysis to assess the effect of emotional dysregulation on parenting style. The results showed a significance value of <0.001 , indicating that emotional dysregulation has an influence on the parenting style adopted by parents in raising their children.

Keywords: Emotional Dysregulation, Parenting Style, Parents, Children.

1 PENDAHULUAN

Memiliki anak merupakan suatu anugerah bagi pasangan suami dan istri. Adanya perasaan bahagia ketika pasangan suami istri dikaruniai anak yang menjadi pelengkap bagian rumah tangga yang telah mereka bangun bersama dalam pernikahan. Luthar dan Ciciola (2016) menjelaskan bahwa banyak pasangan yang merasakan peningkatan kualitas hidup setelah memiliki anak. Hal ini menunjukkan bahwa kehadiran anak dalam keluarga membawa kebahagiaan yang tidak terukur. Saat anak lahir dan menjadi bagian dalam suatu keluarga, tidak hanya memberikan kebahagiaan tetapi juga memberikan tanggung jawab baru bagi pasangan suami istri saat berubah statusnya menjadi

orang tua. Tanggung jawab yang diemban oleh orang tua ketika memiliki anak akan berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan dan pemberian pengasuhan yang efektif bagi anak mereka. Sahithya dan Raman (2021) mengungkapkan bahwa pola pengasuhan (*parenting style*) merupakan cara yang dilakukan orang tua dalam membesarkan anak yang dilihat dari bagaimana orang tua mengontrol, merespon, bersikap hangat atau memberikan hukuman kepada anak di berbagai situasi untuk mengelola atau mengarahkan perilaku anak-anak mereka.

Baumrind (1991) mengklasifikasikan pola pengasuhan orang tua kedalam empat kelompok yang menjelaskan bagaimana orang tua mencoba memenuhi kebutuhan anak-anak selama mengasuh dan memberikan aturan terhadap batasan-batasan kepada anak. Keempat klasifikasi pola asuh tersebut yakni *authoritative*, otoritatif, permisif dan penolakan (*rejection*). *Parenting style* yang orang tua terapkan kepada anak dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni karakteristik orang tua dan karakteristik anak (Sahithya & Raman, 2021). Pada karakteristik orang tua, kepribadian dan kondisi psikologis orang tua menjadi faktor penting yang mempengaruhi penerapan pola pengasuhan orang tua kepada anak. Morris dkk (Goagoses et al., 2023) menjelaskan bahwa *parenting style* merupakan inti dari kondisi atau iklim emosional dalam keluarga. Pola pengasuhan yang orang tua terapkan dalam perilakunya untuk mengasuh anak berkaitan erat dengan kemampuan orang tua dalam meregulasi emosinya yang pada akhirnya mempengaruhi perkembangan regulasi emosi anak (Goagoses et al., 2023). Morris dkk (Goagoses et al., 2023) juga menjelaskan bahwa orang tua yang mampu meregulasi emosinya akan menerapkan *parenting style* yang responsif, mendukung dan konsisten sehingga iklim keluarga yang terbentuk menjadi positif. Hal ini membuat anak merasa aman dan bebas untuk mengekspresikan emosinya. Sebaliknya, orang tua yang mengalami disregulasi emosi (kesulitan dalam meregulasi emosi) akan menerapkan pola pengasuhan yang mengarah pada banyaknya aturan yang harus dipatuhi anak, penuh tuntutan dan seringkali perilaku orang tua menjadi tidak bisa diprediksi. Hal ini akan mengakibatkan munculnya iklim keluarga negatif yang menyebabkan anak-anak merasa kurang aman dan menjadi reaktif secara emosional (Goagoses et al., 2023).

Crandall et al (2015) menyatakan bahwa hampir semua orang tua ingin menjadi orang tua yang terbaik dengan menerapkan *parenting style* yang efektif kepada anak serta menginginkan hasil yang terbaik bagi anak-anaknya. Namun, keinginan orang tua untuk menerapkan *parenting style* yang efektif dalam mengasuh anak seringkali tidak tercermin dalam perilakunya dan *parenting style* selama mengasuh anak. Zalewski et al (2018) menjelaskan bahwa disregulasi emosi pada orang tua akan berpengaruh terhadap pemberian pola asuh yang buruk kepada anak. Selain itu, orang tua yang kesulitan untuk mengatur emosi mereka sendiri akan lebih rentan untuk terlibat dalam hal-hal negatif seperti menolak untuk memberikan pengasuhan kepada anak, kurang menunjukkan kehangatan kepada anak dan lebih rentan untuk terlibat dalam penganiayaan atau kekerasan kepada anak sehingga kemampuan untuk mengatur emosi menjadi sangat penting dalam memberikan pengasuhan anak yang efektif (Zalewski et al., 2018). Shaw dan Starr (2019) juga menjelaskan bahwa orang tua dapat menerapkan pola asuh yang keras dan kurang responsif kepada anak ketika mereka kurang mampu untuk meregulasi emosinya.

Memiliki buah hati merupakan sesuatu yang membahagiakan bagi orang tua, akan tetapi hal ini juga diiringi dengan tanggung jawab untuk membesarkan anak dengan baik agar anak tidak mengalami hambatan dan tumbuh sesuai dengan tahap perkembangannya. Untuk melakukan hal tersebut, orang tua perlu menerapkan *parenting style* yang efektif bagi anak-anaknya. Menerapkan *parenting style* yang efektif kepada anak perlu juga diiringi dengan kemampuan orang tua dalam meregulasi emosinya. Ketika orang tua mengalami disregulasi emosi maka *parenting style* yang dipilih menjadi tidak efektif yang berakibat pada terhambatnya perkembangan anak, terutama dalam perkembangan emosionalnya. Oleh sebab itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana peran disregulasi emosi terhadap *parenting style* yang dipilih orang tua dalam mengasuh anak. Adapun manfaat penelitian ini dilakukan sebagai referensi tambahan bagi keilmuan psikologi khususnya pada topik mengenai pola asuh orang tua dan disregulasi emosi.

2 KAJIAN PUSTAKA

2.1 *Parenting Style*

Baumrind (1991) mengklasifikasikan pola pengasuhan orang tua kedalam empat kelompok yang menjelaskan bagaimana orang tua mencoba memenuhi kebutuhan anak-anak selama mengasuh dan memberikan aturan terhadap batasan-batasan kepada anak. Keempat klasifikasi pola asuh tersebut yakni *authoritative*, otoritatif, permisif dan penolakan (*rejection*). Orang tua yang menerapkan pola asuh tipe *authoritative* merupakan orang tua yang selalu memberikan aturan yang jelas untuk perilaku anak-anak mereka. Mereka tegas tetapi tidak membatasi atau mengganggu anak-anak mereka. Orang tua yang menerapkan pola asuh ini menginginkan anak-anak mereka menjadi tegas serta bertanggung jawab secara sosial, kooperatif dan mampu mengurus diri mereka sendiri. Orang tua dengan pola asuh tipe otoriter merupakan orang tua yang menuntut dan selalu mengarahkan anak-anak mereka tetapi tidak responsif. Mereka berorientasi pada kepatuhan dan berharap agar anak mematuhi mereka tanpa diberikan penjelasan. Mereka akan membuat aturan yang jelas dan memantau aktivitas anak-anak mereka secara ketat. Orang tua dengan pola asuh tipe permisif akan bersikap lebih responsif tetapi tidak mengatahkan dan menuntut anak-anak mereka. Orang tua dengan pola asuh tipe penolakan (*rejection*) tidak mau terlibat dalam kegiatan mengasuh anak, tidak menuntut dan juga tidak responsif kepada anak. Mereka tidak hanya tidak membuat aturan, tidak memantau dan tidak mendukung anak tetapi secara aktif menolak atau mengabaikan tanggung jawab untuk mengasuh anak.

Skinner et al (2005) menjelaskan tiga dimensi inti dari parenting style yakni kehangatan vs penolakan (*warmth vs rejection*), terstruktur vs tidak terarah (*structure vs chaos*) dan dukungan otonomi vs paksaan (*autonomy support vs coercion*). Pada dimensi pertama yakni kehangatan (*warmth*) merupakan bentuk pola pengasuhan yang mengarah pada ekspresi kasih sayang, cinta, penghargaan, adanya dukungan emosional dan kepedulian yang tulus diberikan orang tua kepada anak-anaknya. Bentuk pola pengasuhan ini terlihat saat anak mencari kehangatan dan interaksi orang tua kepada anak termasuk ketika memberikan disiplin. Kebalikan dari bentuk pengasuhan kehangatan yakni penolakan (*rejection*) dimana orang tua menolak atau tidak menyukai anak-anak mereka yang ditunjukkan dengan ketidakinginan terlibat dalam mengasuh anak, menunjukkan sikap permusuhan kepada anak, melakukan kekerasan, mudah marah dan meledak-ledak. Orang tua juga menunjukkan sikap komunikasi secara terang-terangan mengenai hal-hal negatif kepada anak seperti kritik, mengejek dan ketidaksetujuan.

Dimensi kedua dari *parenting style* yang dibahas yakni terstruktur (*structure*) yang mengacu pada pemberian batasan yang jelas dan konsisten kepada anak yang digambarkan dalam bentuk kontrol tegas orang tua kepada anak dengan menetapkan komunikasi dan disiplin yang jelas. Kebalikan dari terstruktur adalah tidak terarah (*chaos*) yang merujuk pada perilaku pengasuhan tidak konsisten, tidak menentu, tidak dapat diprediksi atau secara umum mengganggu atau mengaburkan tujuan dalam memberikan pengasuhan kepada anak. Dimensi ketiga yakni dukungan autonomi (*autonomy support*) yang berfokus pada ketiadaan kontrol psikologis atau paksaan orang tua kepada anak-anaknya. Tidak hanya sekedar memberikan kebebasan kepada anak untuk memilih dan berekspresi, akan tetapi pola pengasuhan ini juga mengkomunikasikan rasa hormat dan penghargaan yang tulus serta mendorong anak untuk aktif mengeksplorasi, menemukan pandangan, tujuan dan preferensi mereka sendiri. Kebalikan dari pola asuh dukungan autonomi, *parenting style* yang mengarah pada paksaan (*coercion*) menggambarkan pola pengasuhan yang otokratis yang berlebihan dan membatasi dengan tuntutan yang besar akan ketaatan.

2.2 *Disregulasi Emosi*

Secara umum, definisi disregulasi emosi merujuk pada pola emosi yang dirasakan atau dialami oleh individu yang menghambat munculnya perilaku yang sesuai dengan “tujuan yang diinginkan”.

Tujuan yang dimaksud dalam definisi tersebut merupakan tujuan seseorang untuk bisa meregulasi emosinya dengan efektif. Regulasi emosi yang efektif akan menyebabkan individu merasa tenang dan tetap baik-baik saja bahkan ketika ia mengalami suatu kondisi yang sulit, dapat menggerakkan dirinya untuk bisa menghadapi tantangan dan dapat berpikir dengan jernih. Disregulasi emosi terlihat ketika tujuan-tujuan ini tidak dapat tercapai dan memunculkan berbagai bentuk respon emosi yang maladaptif seperti mengekspresikan emosi yang tidak sesuai dengan konteks yang saat ini sedang terjadi (Thompson, 2019b).

Gratz dan Roemer (2004) mengkonseptualisasikan regulasi emosi dengan memiliki kesadaran dan pemahaman tentang emosi, mampu menerima emosi yang dirasakan, memiliki kemampuan untuk mengontrol perilaku impulsif dan tetap bisa berperilaku sesuai dengan tujuan yang diinginkan saat mengalami emosi negatif serta memiliki kemampuan untuk bisa menggunakan berbagai strategi regulasi emosi secara fleksibel untuk mengubah respon emosi seperti yang diinginkan agar bisa memenuhi tujuan dan tuntutan situasional. Hilangnya salah satu atau semua yang telah disebutkan diatas maka individu tersebut menunjukkan bahwa dirinya mengalami kesulitan dalam meregulasi emosi atau disregulasi emosi.

Cole, Hall dan Hajal (Thompson, 2019b) mengkonseptualisasikan disregulasi emosi ke dalam beberapa bentuk yaitu disregulasi emosi sebagai bentuk ketidakmampuan individu dalam berusaha untuk meregulasi emosinya, disregulasi emosi merupakan bentuk emosi yang dapat mengganggu munculnya perilaku yang sesuai, disregulasi emosi sebagai bentuk kesulitan untuk mengekspresikan emosi yang sesuai dengan konteks yang sedang terjadi dan disregulasi emosi sebagai bentuk emosi yang dapat berubah dengan sangat cepat atau sangat lambat.

Gratz dan Roemer (2004) menyebutkan bahwa kesulitan dalam meregulasi emosi dapat dicerminkan ke dalam empat dimensi dan enam indikator perilaku yang disebutkan sebagai berikut :

1. Kesadaran dan pemahaman tentang emosi
Dalam dimensi ini, indikator perilaku yang mencerminkan disregulasi emosi yaitu :
 - a. *Lack of emotional awareness (awareness)*
Memiliki kesadaran akan emosi yang dirasakan dapat ditunjukkan dengan memiliki kecenderungan untuk memperhatikan dan mengakui emosi yang dirasakannya. Jika individu mengalami sebaliknya yaitu kurang memperhatikan dan kurang memiliki kesadaran akan respon emosionalnya maka individu tersebut kehilangan atau kurang menyadari emosi yang dirasakannya.
 - b. *Lack of emotional clarity (clarity)*
Indikator dalam perilaku ini menunjukkan sejauh mana individu mengetahui dengan jelas mengenai emosi yang mereka alami.
2. Penerimaan emosi
Indikator perilaku yang mencerminkan disregulasi emosi dalam dimensi ini yaitu :
 - a. *Nonacceptance of emotional responses (nonacceptance)*
Indikator dalam perilaku ini merefleksikan kecenderungan memiliki respon atau reaksi negatif dan tidak menerima tekanan atau distress yang dialami.
3. Kemampuan untuk terlibat dalam perilaku yang diarahkan pada tujuan dan menahan diri dari perilaku impulsif saat mengalami emosi negatif
Indikator perilaku yang tercermin dalam dimensi ini yaitu :
 - a. *Impulse control difficulties (impulse)*
Indikator ini mencerminkan kesulitan seseorang dalam mengendalikan perilakunya ketika ia mengalami emosi negatif.
 - b. *Difficulties engaging in goal directed behavior (goals)*
Indikator ini mencerminkan kesulitan untuk berkonsentrasi dan menyelesaikan tugas ketika mengalami emosi negatif.
4. Akses untuk menemukan strategi regulasi emosi yang efektif
Indikator perilaku dalam dimensi ini yaitu :

a. *Limited access to emotion regulation strategies (strategies)*

Indikator ini mencerminkan bahwa hanya ada sedikit yang bisa dilakukan seseorang untuk mengatur emosi mereka secara efektif ketika sedang mengalami emosi-emosi negatif.

3 METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kuantitatif yang menguji bagaimana pengaruh antara satu variabel bebas dengan satu variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini yakni disregulasi emosi dan variabel terikat dalam penelitian ini yakni *parenting style*. Adapun subjek yang dijadikan sebagai populasi dalam penelitian ini yakni orang tua yang telah memiliki anak di wilayah Jawa Barat. Peneliti mengambil sampel dalam populasi tersebut dengan menggunakan teknik purposive sampling untuk menentukan subjek penelitian berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan sebelum penelitian ini dilakukan. Kriteria subjek yang dijadikan sebagai sampel penelitian ini yakni orang tua yang telah memiliki anak minimal satu orang anak, berlokasi di wilayah Jawa Barat dan bersedia untuk menjadi subjek atau responden dalam penelitian ini. Berdasarkan teknik pengambilan sampel dan kriteria yang telah ditentukan, peneliti menemukan 92 orang sebagai subjek dalam penelitian ini.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa instrument alat ukur masing-masing variabel yakni mengukur disregulasi emosi orang tua dan *parenting style* yang diterapkan kepada anak. Peneliti menggunakan alat ukur disregulasi emosi yang telah di publikasikan dan di terjemahkan kedalam Bahasa Indonesia yakni *Brief Version Difficulties in Emotion-Regulation Scale* (DERS) dikembangkan oleh Bjureberg et al (2016) dengan memodifikasi DERS versi 36 item yang dikembangkan oleh Gratz dan Roemer tahun 2004 menjadi versi yang lebih singkat yakni memilih item-item menjadi 16 pernyataan dengan lima indikator perilaku disregulasi emosi Gratz dan Roemer tahun 2004. Dalam alat ukur ini, terdapat lima pilihan jawaban dengan rentang mulai dari “hampir tidak pernah” hingga “hampir selalu”. Alat ukur yang telah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia ini, dilakukan pengujian mengetahui kualitas alat ukur tersebut dengan melakukan uji reliabilitas dan validitas. Hasil uji reliabilitas yang dilakukan menunjukkan hasil *cronbach alpha* sebesar 0,945 yang menunjukkan bahwa DERS-16 items yang telah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia ini memiliki reliabilitas yang baik. Hasil uji validitas yang dilakukan menunjukkan bahwa item-item yang telah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia ini memiliki nilai korelasi dengan signifikansi seluruhnya di bawah 0,05 yang menunjukkan bahwa item-item tersebut mengukur indikator yang diukur. Adapun *blueprint* pada alat ukur DERS-16 items yang digunakan peneliti adalah sebagai berikut :

Tabel 1. *Blueprint* DERS-16 Items

Indikator Disregulasi Emosi	Nomor Item Pernyataan
<i>CLARITY (Lack of emotional clarity)</i>	1, 2
<i>GOALS (Difficulties engaging in Goal Directed Behavior)</i>	3, 7, 15
<i>IMPULSE (Impulse control difficulties)</i>	4, 8, 11
<i>STRATEGIS (Limited Access to Effective Emotion Regulation Strategies)</i>	5, 6, 12, 14, 16
<i>NONACCEPTANCE (Nonacceptance of emotional responses)</i>	9, 10, 13

Selain menggunakan alat ukur DERS-16 items, peneliti juga menggunakan instrumen alat ukur untuk *parenting style* yang telah di publikasikan dan diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia yakni *Parenting Style Quisinnare* yang dikembangkan oleh Robinson et al (1995) dengan tiga tipe pola asuh yang dikembangkan oleh Baumrind tahun 1971 yaitu *authoritative*, *authoritarian* dan *permissive*. Ketiga pola asuh ini digunakan untuk alat ukur *parenting style quisinnare* karena tipe pola asuh ini banyak digunakan dan diteliti untuk mengetahui pola asuh orang tua serta dampaknya

bagi perkembangan anak. Alat ukur ini berjumlah 30 item pernyataan yang terdiri dari 13 item pernyataan *authoritative parenting style*, 13 item pernyataan *authoritarian parenting style* dan 4 item pernyataan *permissive parenting style*. Dalam alat ukur ini, terdapat lima pilihan jawaban dengan rentang mulai dari “tidak pernah” hingga “selalu”. Alat ukur yang telah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia ini, dilakukan pengujian mengetahui kualitas alat ukur tersebut dengan melakukan uji reliabilitas dan validitas. Hasil uji reliabilitas yang dilakukan menunjukkan hasil *cronbach alpha* sebesar 0,816 yang menunjukkan bahwa *parenting style quisionnaire* yang telah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia ini memiliki reliabilitas yang baik. Hasil uji validitas yang dilakukan menunjukkan bahwa item-item yang telah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia ini memiliki nilai korelasi sebagian besar 0,05 yang menunjukkan bahwa item-item tersebut mengukur indikator yang diukur. Terdapat satu item pernyataan yang memiliki nilai korelasi dengan signifikansi diatas 0,05 sehingga item tersebut dinyatakan gugur dan tidak dapat dimasukkan kedalam alat ukur *parenting style quisionnaire* ini.

Adapun *blueprint* pada alat ukur *parenting style quisionnaire* yang digunakan peneliti adalah sebagai berikut :

Tabel 2. *Bluepirnt Parenting Style Quisionnaire*

Tipe Parenting Style	Nomor Item Pernyataan
<i>Authoritative</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13
<i>Authoritarian</i>	14, 15, 16, 17, 18*, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26
<i>Permissive</i>	27, 28, 29, 30

* item yang gugur

Peneliti membagikan kedua alat ukur ini secara bersamaan kepada seluruh responden penelitian dengan mengirimkan googleform yang berisikan pernyataan kesediaan dan alat ukur penelitian ini. Setelah mendapatkan hasil pengisian googleform tersebut dari responden, peneliti melakukan analisis data dengan menggunakan teknik analisis data berupa regresi sederhana. Teknik analisis ini dipilih karena analisis regresi sederhana dilakukan untuk menguji pengaruh antara satu variabel bebas dan satu variabel terikat dimana tujuan analisis ini dilakukan sama seperti tujuan penelitian ini dilakukan yaitu untuk mengetahui bagaimana pengaruh disregulasi emosi (variabel bebas) terhadap *parenting style* (variabel terikat) orang tua dalam mengasuh anak. Dalam melakukan teknik analisis regresi sederhana, terdapat dua syarat yang harus dipenuhi terlebih dahulu yakni data harus berdistribusi normal dan linear.

Uji normalitas yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan dari *IBM SPSS Statistic 27*. Suatu data dinyatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansinya $> 0,05$ dan tidak berdistribusi normal jika nilai signifikansinya $< 0,05$. Uji linearitas yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan bantuan dari *IBM SPSS Statistic 27*. Suatu data dinyatakan linear jika nilai signifikansinya $> 0,05$ dan tidak linear jika nilai signifikansinya $< 0,05$. Jika data dinyatakan berdistribusi normal dan lienar maka syarat untuk dilakukan uji regresi sederhana dapat dilakukan. Jika nilai signifikansi uji regresi sederhana $< 0,05$ hal ini menunjukkan adanya pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat. Sebaliknya, jika nilai signifikansi regresi sederhana $> 0,05$ hal ini menunjukkan tidak adanya pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat.

4 HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil

Hasil uji normalitas yang telah dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,200 yang menunjukkan nilai tersebut $> 0,05$. Hal ini berarti bahwa data dalam penelitian ini berdistribusi normal. Hasil uji linearitas yang telah dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi 0,189 yang menunjukkan nilai tersebut $> 0,05$. Hal ini berarti bahwa variabel bebas

dalam penelitian ini yakni disregulasi emosi memiliki hubungan yang linear dengan variabel terikat yakni *parenting style*.

Hasil uji regresi sederhana dalam penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi sebesar $<0,001$ yang menunjukkan nilai tersebut $<0,05$. Hal ini berarti bahwa disregulasi emosi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *parenting style* orang tua dalam mengasuh anak-anaknya. Nilai *R square* yang diperoleh sebesar 0,661 yang menunjukkan besarnya pengaruh disregulasi emosi terhadap *parenting style* orang tua dalam mengasuh anak-anaknya sebesar 66,1%. Selain itu, diperoleh juga nilai *R* sebesar 0,813 menunjukkan besarnya nilai korelasi antara disregulasi emosi dan *parenting style*. Nilai *coefficients* yang diperoleh sebesar 0,149 bernilai positif yang menunjukkan pengaruh antara disregulasi emosi terhadap *parenting style* mengarah pada pengaruh positif.

Peneliti juga melakukan uji regresi sederhana pada masing-masing tipe *parenting style* yang diukur dan menunjukkan hasil sebagai berikut :

Tabel 3. Uji Regresi Sederhana Disregulasi Emosi dan Masing-masing Tipe *Parenting Style* yang Diukur

	Disregulasi Emosi- <i>Authoritative Parenting Style</i>	Disregulasi Emosi- <i>Authoritarian Parenting Style</i>	Disregulasi Emosi- <i>Permissive Parenting Style</i>
Nilai <i>R</i>	0,335	0,439	0,444
Nilai <i>R square</i>	0,112	0,192	0,192
Signifikansi	0,001	$<0,001$	$<0,001$
Nilai <i>coefficients</i>	-0,189	0,268	0,097

4.2 Pembahasan

Hasil uji regresi sederhana yang dilakukan menunjukkan adanya pengaruh disregulasi emosi terhadap *parenting style* orang tua dalam mengasuh anak. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Crandall et al (2015) menunjukkan adanya hubungan antara rendahnya kemampuan ibu dalam meregulasi emosi terhadap tingginya kemungkinan ibu memilih *parenting style* kearah negatif seperti disiplin yang keras dan kaku. Selain itu, ibu yang mengalami disregulasi emosi tersebut, memiliki resiko yang lebih tinggi untuk melakukan kekerasan terhadap anak tanpa memandang usia anak. Hal yang sama juga terlihat pada ayah yang menunjukkan adanya pengaruh disregulasi emosi terhadap perilaku ayah dalam mengasuh anak. Shaw dan Starr (2019) menjelaskan hal serupa bahwa kemampuan orang tua dalam meregulasi emosi berkaitan dengan *parenting style* yang diterapkan dalam mengasuh anaknya dimana hal ini juga mempengaruhi bagaimana perkembangan emosi anak. Penelitian yang dilakukan oleh Morris et al (2007) juga menunjukkan hasil serupa bahwa kemampuan orang tua dalam meregulasi emosi mereka sendiri mempengaruhi bagaimana emosi disalurkan serta mempengaruhi cara orang tua dalam berkomunikasi kepada anak-anak. Kemampuan orang tua dalam meregulasi emosinya akan mempengaruhi bagaimana iklim emosional keluarga dimana hal ini tercermin dari keterikatan dalam keluarga, hubungan antara suami dan istri dan *parenting style* yang diterapkan orang tua kepada anak. Iklim emosional dalam keluarga ini akan memberikan dampak penting terhadap perkembangan emosi dan kemampuan regulasi emosi anak.

Besarnya peran disregulasi emosi terhadap *parenting style* yang orang tua terapkan kepada anak sebesar 66,1% yang menunjukkan bahwa disregulasi emosi orang tua ini memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap *parenting style* yang diterapkan dalam mengasuh buah hatinya. Seperti yang diketahui bahwa disregulasi emosi merupakan kesulitan individu dalam mengelola emosi yang dirasakannya sehingga menghambat munculnya perilaku yang sesuai pada tujuan diinginkan yakni mampu meregulasi emosi secara efektif. Regulasi emosi yang efektif akan menyebabkan individu merasa tenang dan tetap baik-baik saja bahkan ketika ia mengalami suatu kondisi yang sulit, dapat

menggerakkan dirinya untuk bisa menghadapi tantangan dan dapat berpikir dengan jernih (Thompson, 2019a). Disregulasi emosi yang dialami orang tua dapat menghambat munculnya perilaku yang sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Hal ini dapat diartikan bahwa disregulasi emosi dapat membuat orang tua mengalami kesulitan untuk merasa tenang dalam menghadapi kesulitan dengan berpikir jernih. Hal ini menyebabkan orang tua memberikan respon yang tidak sesuai dalam mengasuh anak seperti sulit merasa tenang sehingga akan bersikap reaktif terhadap perilaku anak terutama jika tidak sesuai dengan keinginannya serta sulit berpikir jernih saat mengalami kesulitan dalam mengasuh anak yang berpotensi pada munculnya tindak kekerasan orang tua terhadap anak. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Shaw dan Starr (2019) menjelaskan bahwa kemampuan orang tua dalam meregulasi emosinya mempengaruhi *parenting style* yang diterapkan dan menghadapi tuntutan selama mengasuh anak, sehingga regulasi emosi atau disregulasi emosi orang tua menjadi hal yang penting bagi orang tua dalam mengasuh anak. Warmingham et al (2020) juga menjelaskan bahwa disregulasi emosi yang dialami oleh ibu berhubungan dengan munculnya tindak kekerasan terhadap anak dan perkembangan disregulasi emosi pada anak.

Hasil uji regresi sederhana lain yang dilakukan yakni peneliti ingin melihat bagaimana pengaruh disregulasi emosi terhadap tipe-tipe *parenting style* yang diukur. Hasil ini menunjukkan bahwa ketiga tipe *parenting style* yang diukur yakni *authoritative*, *authoritarian* dan *permissive* dipengaruhi oleh disregulasi emosi orang tua. Hasil ini menunjukkan bahwa *parenting style* yang diterapkan orang tua dalam mengasuh anak dipengaruhi oleh mampu atau tidaknya orang tua dalam meregulasi emosinya. Nilai *coefficients* yang diperoleh pada uji regresi disregulasi emosi dan *authoritative style* yakni -0,189 menunjukkan pengaruh disregulasi emosi terhadap *authoritative style* mengarah pada pengaruh negatif. Hasil ini dapat diartikan bahwa *authoritative style* yang diterapkan orang tua menunjukkan rendahnya disregulasi emosi orang tua. Orang tua yang memiliki kemampuan mengelola emosinya atau memiliki tingkat disregulasi emosi rendah, akan cenderung menerapkan pola asuh yang positif seperti pola asuh *authoritative* dimana orang tua akan merespon perilaku anak dengan penuh empati dan memberikan ketegasan secara konsisten, bukan secara reaktif (Crandall et al., 2015). Şiţoiu dan Pânişoară (2022) menjelaskan bahwa orang tua yang memiliki kemampuan regulasi emosi baik akan berdampak pada *parenting style* yang diterapkan kepada anak yakni orang tua akan mampu memberikan respon yang tepat secara emosi dan perilaku kepada anak-anaknya. *Parenting style* yang diterapkan ini mengarah pada *parenting style authoritative* yakni orang tua memberikan aturan yang jelas, konsisten, mendukung dan responsif sehingga anak dapat merasa aman untuk mengekspresikan emosinya (Morris et al., 2007).

Hasil uji regresi pada disregulasi emosi terhadap *authoritarian* dan *permissive style* menunjukkan adanya pengaruh yang mengarah pada pengaruh positif (nilai *coefficients* 0,268 dan 0,097). Hal ini dapat diartikan bahwa orang tua menerapkan *parenting style authoritarian* dan *permissive* dipengaruhi oleh disregulasi emosi yang dialami orang tua. (Shaw & Starr, 2019) menjelaskan bahwa orang tua yang mengalami disregulasi emosi akan menerapkan *parenting style* tipe *authoritarian* seperti meningkatkan disiplin yang ketat serta tidak terlibat secara emosional kepada anak. Orang tua akan berbicara dengan kasar dan mengkritik anak dengan keras namun seringkali tidak responsif terhadap kebutuhan anak. Orang tua yang mengalami disregulasi emosi akan mempengaruhi bias atribusi. Hal ini ditunjukkan bahwa orang tua seringkali memberikan penilaian negatif terhadap perilaku anak-anak mereka. Selain itu, Morris et al (2007) menjelaskan bahwa orang tua dengan disregulasi emosi tinggi akan cenderung menunjukkan perilaku otoriter, permisif atau tidak konsisten dalam menerapkan pola asuh kepada anak.

5 SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dijabarkan diatas dapat disimpulkan bahwa disregulasi emosi yang dialami orang tua mempengaruhi *parenting style* yang diterapkan kepada anak-anaknya. Orang tua yang menerapkan *parenting style* tipe *authoritative*, *authoritarian* dan *permissive* dipengaruhi cukup besar oleh mampu atau tidaknya orang tua meregulasi emosinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Baumrind, D. (1991). The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.
- Bjureberg, J., Ljótsson, B., Tull, M. T., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, L. G., Bjärehed, J., DiLillo, D., Messman-Moore, T., Gumpert, C. H., & Gratz, K. L. (2016). Development and Validation of a Brief Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale: The DERS-16. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38(2), 284–296. <https://doi.org/10.1007/s10862-015-9514-x>
- Crandall, A. A., Deater-Deckard, K., & Riley, A. W. (2015). Maternal emotion and cognitive control capacities and parenting: A conceptual framework. In *Developmental Review* (Vol. 36, pp. 105–126). Mosby Inc. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2015.01.004>
- Goagoses, N., Bolz, T., Eilts, J., Schipper, N., Schütz, J., Rademacher, A., Vesterling, C., & Koglin, U. (2023). Parenting dimensions/styles and emotion dysregulation in childhood and adolescence: a systematic review and Meta-analysis. *Current Psychology*, 42(22), 18798–18822. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03037-7>
- 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(1), 41–54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Luthar, S. S., & Ciciola, L. (2016). What it means to be a good mother: Cultural perspective and practical implications. *Developmental Psychology*, 52(3), 1–11.
- 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>
- Robinson, C. C., Mandlco, B., Frost Olsen, S., & Hart, C. H. (1995). AUTHORITATIVE, AUTHORITARIAN, AND PERMISSIVE PARENTING PRACTICES: DEVELOPMENT OF A NEW MEASURE. In *O Psychological Reports* (Vol. 77).
- Sahithya, B. R., & Raman, V. (2021). Parenting Style, Parental Personality, and Child Temperament in Children with Anxiety Disorders—A Clinical Study from India. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 43(5), 382–391. <https://doi.org/10.1177/0253717620973376>
- Shaw, Z. A., & Starr, L. R. (2019). Intergenerational Transmission of Emotion Dysregulation: The Role of Authoritarian Parenting Style and Family Chronic Stress. *Journal of Child and Family Studies*, 28(12), 3508–3518. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01534-1>
- Șițoiu, A., & Pânișoară, G. (2022). Emotional Regulation in Parental Optimism—The Influence of Parenting Style. *Sustainability (Switzerland)*, 14(8). <https://doi.org/10.3390/su14084509>
- Skinner, E., Johnson, S., & Snyder, T. (2005). Six Dimensions of Parenting: A Motivational Model. *Parenting*, 5(2), 175–235. https://doi.org/10.1207/s15327922par0502_3
- Thompson, R. A. (2019a). Emotion dysregulation: A theme in search of definition. *Development and Psychopathology*, 31(3), 805–815. <https://doi.org/10.1017/S0954579419000282>
- Thompson, R. A. (2019b). Emotion dysregulation: A theme in search of definition. *Development and Psychopathology*, 31(3), 805–815. <https://doi.org/10.1017/S0954579419000282>
- Warmingham, J. M., Rogosch, F. A., & Cicchetti, D. (2020). Intergenerational maltreatment and child emotion dysregulation. *Child Abuse and Neglect*, 102(December 2019), 104377. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104377>
- Zalewski, M., Lewis, J. K., & Martin, C. G. (2018). Identifying novel applications of dialectical behavior therapy: considering emotion regulation and parenting. *Current Opinion in Psychology*, 21, 122–126. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.013>