

BAB V

PENUTUP

5.1 Bahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menggunakan uji korelasi non parametrik *Kendall Tau-B*, dimana hasilnya dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara regulasi emosi dan *father involvement* pada individu *emerging adulthood* yang ditinggal ayahnya meninggal. Semakin tinggi *father involvement* maka akan semakin tinggi pula regulasi emosi yang dimiliki. Kemudian untuk nilai korelasi didapatkan nilai $r = 0,411$, yang menunjukkan bahwa arah hubungannya positif dan menunjukkan adanya hubungan yang "cukup" atau "sedang" antar variabel. Dengan demikian, hasil yang diperoleh dari penelitian ini menyatakan bahwa hipotesis awal diterima yaitu ada hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan *father involvement* pada individu *emerging adulthood* yang ditinggal ayahnya meninggal.

Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Dewi dan Ambarwati (2023) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kelekatan ayah dengan regulasi emosi pada wanita dewasa awal. Selain itu, penelitian lain yang dilakukan oleh Khofifah, Musawwir, dan Purwasetiawatik (2023) mendapatkan hasil bahwa ada pengaruh yang positif antara *father involvement* terhadap regulasi emosi pada remaja akhir di Kota Makassar, sehingga semakin tinggi tingkat *father involvement*-nya maka semakin tinggi pula regulasi emosi pada remaja akhir di Kota Makassar. Pengaruh antar variabel *father involvement* terhadap regulasi emosi memiliki nilai kontribusi sebesar 3,2%. Ayah yang memiliki hubungan baik, menghargai, serta memahami kelebihan dan kekurangan anaknya, berdampak positif pada kemampuan anak dalam mengatur emosinya. Orang tua berperan sebagai pendidik dalam pengaturan emosi. Hal ini menunjukkan bahwa kedisiplinan dalam mengajarkan anak tentang regulasi emosi merupakan peran bagi ayah. Temuan ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Juliyanti dan Magistarina (2024), di mana ditemukan bahwa terdapat hubungan positif antara

keterlibatan ayah dengan regulasi emosi pada remaja menengah di Kota Padang, artinya semakin tinggi keterlibatan ayah yang dimiliki remaja maka semakin tinggi pula tingkat kemampuan regulasi emosi yang dimiliki remaja. Kedekatan antara anak dan ayah memberikan kesempatan bagi anak untuk menyerap nilai-nilai yang diperlihatkan oleh ayah melalui tindakan nyata. Anak laki-laki biasanya lebih aktif dalam mencontoh dan menginternalisasi nilai-nilai seperti pencapaian dan kepemimpinan dari figur ayah. Sementara itu, anak perempuan cenderung memperoleh pelajaran mengenai nilai-nilai seperti integritas pribadi, kebijaksanaan, serta kasih sayang dari ayah mereka. Ketika seorang ayah memberikan perhatian yang positif kepada anak perempuannya, hal ini tidak hanya membantu memenuhi kebutuhan afektif anak, tetapi juga memberikan pembelajaran tentang bagaimana menjalin hubungan yang sehat dengan lawan jenis. Pandangan ini sejalan dengan pendapat Koentjoro (2004).

Berdasarkan hasil ditemukan bahwa terdapat 5% yang memiliki regulasi tinggi walaupun keterlibatan ayah tergolong rendah. Hal ini kemungkinan terjadi karena adanya faktor lain yang lebih mendukung perkembangan regulasi emosinya selama hidup. Berdasarkan hasil, didapatkan bahwa dari 9 orang subjek yang memiliki regulasi emosi tinggi dan keterlibatan ayah yang rendah, terdapat 5 orang yang telah ditinggal di usia 0-5 tahun dan 3 orang yang telah ditinggal usia 6-10 tahun. Melalui data ini kita bisa melihat bahwa keterlibatan ayah hanya hadir di fase awal kehidupan hingga masa kanak, sedangkan sisa hidupnya hingga usia *emerging adulthood* banyak dipengaruhi oleh faktor lain.

Gross (2007) menyebutkan beberapa faktor yang sekiranya dapat mempengaruhi perkembangan regulasi emosi individu tersebut yaitu religiusitas, kepribadian, dan budaya. Tingkat religiusitas seseorang juga dapat mempengaruhi regulasi emosi, dengan kata lain semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, maka ia akan berusaha untuk tidak memperlihatkan emosi yang berlebihan. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Nursanti, E., Gadis, N., & Hariyanto, L. (2021) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara religiusitas dengan regulasi emosi, sehingga ibu *single parent* yang memiliki tingkat religiusitas tinggi akan memiliki tingkat regulasi emosi yang

tinggi. Selain itu, faktor lain yang dapat mempengaruhi regulasi emosi adalah kepribadian individu. Individu yang memiliki kepribadian ‘*neuroticism*’ atau memiliki karakteristik seperti mudah panik, gelisah, memiliki harga diri yang rendah, cenderung sensitif, *moody*, dan sering merasa cemas cenderung kurang dapat mengontrol diri dan cenderung merasakan perasaan bersalah yang terus menerus, depresi dan efek emosional negatif lainnya (Ronaldo dan Idulfilastri, 2022). Sehingga individu dengan kepribadian *neuroticism* dinilai tidak memiliki koping yang efektif terhadap stres dan akan menunjukkan tingkat regulasi emosi yang buruk atau rendah.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat regulasi emosi individu yaitu budaya atau norma-norma masyarakat, di mana Dr Lisa Feldman Barrett (2016) dalam bukunya menyatakan bahwa norma-norma budaya, nilai-nilai, dan ekspektasi sosial menentukan bagaimana individu mengekspresikan dan mengatur emosinya. Budaya yang berbeda akan sangat mungkin memiliki strategi pengaturan emosi yang berbeda dan sikap yang berbeda dalam mengekspresikan emosi. Sehingga apa yang dianggap sesuai dapat mempengaruhi cara seseorang merespon suatu peristiwa dan mempengaruhi caranya meregulasi emosi.

Walaupun ayah hanya hadir di fase awal kehidupan hingga masa kanak, bukan berarti keterlibatan ayah menjadi tidak penting. Berdasarkan data yang didapatkan, terlihat bahwa subjek yang ditinggal oleh ayahnya di fase tersebut memiliki ingatan yang menyenangkan tentang ayahnya, seperti ayah adalah orang yang banyak bercerita, penuh kasih sayang, bisa diajak diskusi, dan banyak kenangan lucu. Hal ini menunjukkan bahwa peran ayah tetap penting dalam perkembangan regulasi anak walaupun hanya di awal fase kehidupannya. Kondisi ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Nasution dan Septiani (2017) yang menyatakan bahwa seorang anak dengan pola pengasuhan yang baik dari ayah sejak usia dini akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan aturan dan norma di lingkungan. Sehingga ayah bukan hanya berperan sebagai sosok pencari nafkah dalam keluarga namun dapat membantu untuk mencegah tumbuhnya perilaku-perilaku negatif atau menyimpang yang akhir-akhir ini mulai marak terjadi pada generasi muda.

Hal tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Aninditha dan Boediman (2021) yang mendapatkan hasil bahwa regulasi emosi ayah memberikan kontribusi yang positif terhadap perkembangan regulasi emosi anak, sehingga semakin tinggi kemampuan ayah mengontrol emosi mereka, maka semakin tinggi pula regulasi emosi anak usia prasekolah. Dengan kata lain, ayah dengan kemampuan meregulasi emosi diri yang kurang secara positif akan berpotensi untuk menghambat perkembangan regulasi emosi anak, bahkan dapat beresiko memunculkan disregulasi emosi pada anak usia dini.

5.2 Keterbatasan Penelitian

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini yaitu:

1. Usia ketika ditinggalkan oleh ayah tidak dibatasi karena dikhawatirkan akan kesulitan dalam mencari subjek.
2. Waktu dalam penyebaran kuesioner yang terlalu singkat sehingga belum bisa menggambarkan populasi dengan lebih baik.

5.3 Simpulan

Hasil uji hipotesis menunjukkan koefisien korelasi (r) sebesar 0,411 pada $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti hipotesis penelitian diterima, yaitu ada hubungan yang signifikan antara *father involvement* dan regulasi emosi pada individu *emerging adulthood* yang ditinggal ayahnya meninggal.

Arah korelasi positif, artinya semakin tinggi *father involvement* maka semakin tinggi pula regulasi emosi. Begitupun sebaliknya, semakin rendah *father involvement* maka semakin rendah pula regulasi emosinya.

5.4 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, terdapat beberapa saran yang dapat peneliti berikan, yaitu:

- a. Bagi Individu yang Ditinggal Meninggal oleh Ayah
Bagi individu yang telah ditinggal meninggal oleh ayah memanglah bukan situasi yang mudah, namun Anda dapat mengenang kembali keterlibatan positif Ayah dalam hidup Anda dengan cara mengingat

momen kebersamaan, nilai-nilai, atau nasihat dari Ayah yang dapat menjadi sumber kekuatan emosional.

b. Bagi Para Orang Tua Terutama Ayah

Melihat kondisi di Indonesia yang kebanyakan anak kurang mendapatkan perhatian dari sosok ayah, Ayah dapat melibatkan diri lebih aktif dalam kehidupan anak sejak dini, baik secara fisik maupun emosional, karena keterlibatan ayah terbukti berpengaruh positif terhadap perkembangan emosi anak. Figur ayah dapat menciptakan komunikasi yang terbuka dan hangat dengan anak, agar anak merasa aman dalam mengekspresikan emosinya. Selain itu, sosok ayah dapat memberikan teladan dalam mengelola emosi, karena anak belajar banyak melalui pengamatan terhadap perilaku orang tuanya. Selain itu, Ayah dapat merencanakan dukungan jangka panjang, seperti membangun memori positif dan berkesan bagi anak.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian menggunakan metode longitudinal untuk melihat bagaimana dampak keterlibatan ayah bertahan atau berubah dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Selain itu juga dapat meneliti terkait dengan bagaimana pengaruh nilai-nilai budaya membentuk makna keterlibatan ayah dan dampaknya terhadap regulasi emosi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidina, A., & Mujahid, D. R. (2022). Regulasi Emosi Remaja Putri yang Kehilangan Ayah karena Kematian. *Acta Psychologia*, 4(1), 38-47.
- Allen, S., & Daly, K. J. (2007). The Effects of Father Involvement. *An Updated Research Sum*, 603, 1-27.
- Amin, Nur Fadilah, Sabaruddin Garancang, Kamaluddin Abunawas. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *Jurnal Kajian Islam Kontemporer*. Volume 14(1).
- Aninditha, R., & Boediman, L. M. (2021). Keterlibatan Ayah sebagai Moderator: Apakah Regulasi Emosi Ayah Memengaruhi Regulasi Emosi Anak Prasekolah?. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*.
- Ardiyanti, D., & Mora, Z. (2019). Pengaruh Minat Usaha dan Motivasi Usaha terhadap Keberhasilan Usaha Wirausaha Muda Di Kota Langsa. *Jurnal samudra ekonomi dan bisnis*, 10(2), 168
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2014). The New Life Stage of Emerging Adulthood at Ages 18–29 Years: Implications for Mental Health. *The Lancet Psychiatry*, 1(7), 569-576.-178.
- Badan Pusat Statistik. (2020). Mortalitas di Indonesia. URL: <https://webapi.bps.go.id/download.php?f=K3t4k7TQPNoiH5TxN3e+neSTsADil13+f+4vQi/tIBEAhBYaPN+oD4JyKbRTeHnTLHPzpwDkJK/HbpukvjeapGPSSAHRBoYximon5Cw08eQmtgQlZNjI0FzFZavpK69cOXE8rFih4Zx1vBVFGW5ARSulXiaKp/hzAaUkr7arnO1N5veT7Oe97vHVKVraUGr/Cljhw8npaKLrr1nOw0EzgSbZbksq+4oqjHXEGNDZ/ew0gTppQX3JJj/qHPIEvIz2APU1SPwOg7DV2H+yapvILVXCkCrJ6fFLl6VAdDDITMVHxm5p1hlFdUdgPbiX000>.
- Barrett, L. F., Lewis, M., & Haviland-Jones, J. M. (Eds.). (2016). Handbook of emotions (4th ed.). New York: Guilford.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss volume one. 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.
- Dzunnuroin, S. I., & Kustanti, E. R. (2019). Persepsi Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan dan Kecerdasan Emosional pada Remaja Putri: Studi Korelasi pada Siswi SMP Islam Al Azhar 14 Semarang (Doctoral Dissertation, Undip).
- Finley, G. E., & Schwartz, S. J. (2004). The Father Involvement and Nurturant Fathering Scales: Retrospective Measures for Adolescent and Adult Children. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 143–164. <https://doi.org/10.1177/0013164403258453>
- Fox, G. L., & ruce, C. (2001). Conditional Fatherhood: Indentity Theory and Parental Investment Theory as Alternative Sources of Explanation Pf Fathering. *Journal of Marrige and Family*, 63 (2).
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: an Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. doi:10.1037/1089-2680.2.3.271
- Gross, J. J. (2002). Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences. *Society for Psychophysiological Research*, 1(1), 281-291.
- Gross, J.J. & Thompson, R. A. 2006. Emotion regulation: Conceptual Foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation*. New York: Guilford Press.
- Hawkins, A. J., & Brapford, K. P., Christiansen, S. L., Palkovitz, R., Day, R. D., & Call, V. R. A. (2002). The Inventory Of Father Involvement: A Pilot Study Of A New Measure Of Father Involvement. *The Journal of Men's Studies*. Vol. 10 No. 2 Hal. 183 – 196.
- Hofmann, Stefan G. (2014). Interpersonal Emotion Regulation Model of Mood and Anxiety Disorders. *Cognitive Therapy and Research*, 38(5), 483–492. <https://doi.org/10.1038/jid.2014.371>

- Hofmann, S. G., Carpenter, J. K., & Curtiss, J. (2016). Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire (IERQ): Scale Development and Psychometric Characteristics. *Cognitive Therapy & Research*, 40, 341–356.
- Juliyanti, A., & Magistarina, E. (2024). Hubungan antara Father Involvement dengan Regulasi Emosi pada Remaja Madya di Kota Padang. *AHKAM*, 3(1), 319-332.
- Khofifah, A. N., Musawwir, M., & Purwasetiawatik, T. F. (2023). Pengaruh Father Involvement terhadap Regulasi Emosi Remaja Akhir di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(1), 56-64.
- Laksitasari, D. R. (2024). Indonesia: Fatherless Country?. URL: https://babelprov.go.id/artikel_detil/indonesia-fatherless-country
- Lamb, M. E., Joseph H. Pleck, Eric L. Charnov, James A. Levine (1985). Paternal Behavior in Humans. *American Zoologist*, Vol. 25, No. 3 (1985), pp. 883-894.
- Lamb, M. E. (2010). *The Role Of The Father In Child Development* (5th Ed.). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Machali, I. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. In *NBER Working Papers*.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. *The Guilford Press*.
- Mirza, R., Sitorus, T. Y., Sitorus, R. A., Retta, C. T., Tarigan, N. B., & Nurhayani, N. (2022). Bagaimana Gambaran Proses Regulasi Emosi Pada Anak Yatim. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 11(4), 647-657.
- Mukhallisa, F., Dian Novita Siswanti, & Eka Sufartianinsih Jafar. (2023). Dinamika Psikologis Perempuan Fatherless di Fase Emerging Adulthood. *Jurnal Psikologi fTalenta Mahasiswa*, Vol. 3(2). <https://doi.org/10.26858/jtm.v3i2.56490>
- Nasution, I. N., & Septiani, D. (2017). Perkembangan Regulasi Emosi Anak Dilihat dari Peran Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 1(1), 23-30.
- Nursanti, E., Gadis, N., & Hariyanto, L. (2021). Religiusitas Dengan Regulasi Emosi pada Ibu Single Parent. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 5(2), 65-72.

- Ronaldo, E. J., & Idulfilastri, R. M. (2022). Hubungan Kepribadian Neuroticism Terhadap Sikap Mahasiswa Pemain Battle Royale X Game. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 6(3), 642-649.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A Theme in Search of Definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25–52, 250–283. <https://doi.org/10.2307/1166137>.
- Wibowo, Susanto. (2025). Penting! Ini Peran Ayah dalam Tumbuh Kembang Anak. URL: https://motherandbeyond.id/read/26474/penting-ini-peran-ayah-dalam-tumbuh-kembang-anak?utm_source=chatgpt.com.
- Wu, Y. T., Niubo, A. S., Daskalopoulou, C., Moreno-Agostino, D., Stefler, D., Bobak, M., Oram, S., Prince, M., & Prina, M. (2021). Sex Differences in Mortality: Results from a Population-Based Study of 12 Longitudinal Cohorts. *Cmaj*, 193(11), E361–E370. <https://doi.org/10.1503/cmaj.200484>.
- Wulan, D. K. & Chotimah, K. (2017). Peran Regulasi Emosi dalam Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Suami Istri Usia Dewasa Awal. *Jurnal Ecopsy*, 4(1). 58-63. <https://media.neliti.com/media/publications/195904-ID-peran-regulasi-emosi-dalam-kepuasan-pern.pdf>
- Yuliatwati, L., Lukito Setiawan, J., & Wijaya Mulya, T. (2007). Perubahan pada Remaja Tanpa Ayah. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol. 12 (1), 1-76.