

Regulasi Emosi Ditinjau Dari *Parental Bonding* Pada Remaja Pengguna Napza

Usma Yulesa, Rida Yanna Primanita
Jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang
e-mail: usmayulesa15@gmail.com

Abstract. *This study aims to see differences in emotional regulation in terms of parental bonding in adolescents using drugs in West Sumatra. Respondents in this study were 40 adolescents using drugs in West Sumatra with an age range of 13-22 years that have high score in parental bonding instrument (PBI). Data collection used the parental bonding instrument (PBI) scale and the emotional regulation scale with the Likert scale model. The data analysis technique used in this research is the one way ANOVA statistical analysis technique. The results showed that there were differences in emotional regulation in terms of parental bonding in adolescents using drugs in West Sumatra with a significance value of $0.007 > 0.05$. With the empirical mean calculation of 20% in the optimal parenting type, 2.5% in the affectionless control type, 5% of the people in the affectionate constrain type and 72.5% o in the neglected protection type.*

Keyword: *parental bonding, emotional regulation, adolescents, drugs*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan regulasi emosi ditinjau dari *parental bonding* pada remaja menggunakan NAPZA di Sumatera Barat. Responden dalam penelitian ini merupakan 40 orang remaja menggunakan NAPZA di Sumatera Barat dengan rentang usia 13-22 tahun yang memiliki skor *parental bonding instrument (PBI)* yang tinggi. Pengumpulan data menggunakan skala *parental bonding instrument (PBI)* dan skala regulasi emosi dengan model skala likert. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis statistik *one way anova*. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan regulasi emosi ditinjau dari *parental bonding* pada remaja menggunakan NAPZA di Sumatera Barat dengan nilai signifikansi $0,007 > 0,05$. Dengan perhitungan *mean empirik* 20% berada pada tipe *optimal parenting*, 2,5% pada tipe *affectionless control*, 5% orang pada tipe *affectionate constrain* dan 72,5% o pada tipe *neglected protection*.

Kata kunci: *parental bonding, regulasi emosi, remaja, NAPZA*

PENDAHULUAN

Perkembangan antara usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun merupakan transisi perkembangan masa remaja yang melibatkan perubahan

biologis, kognitif, sosioemosional (Santrock, 2007). Masa remaja merupakan periode dimana temperamental, neurobiologis, konseptual, dan kekuatan sosial bergabung untuk meletakkan dasar

perbedaan setiap individu dalam regulasi emosinya (Calkins & Hill dalam Gross, & Thompson, 2014). Regulasi emosi mengacu pada bagaimana seseorang mengatur emosi yang dimilikinya (Gross, & Thompson, 2014). Salah satu faktor penting dalam perkembangan regulasi emosi baik pria maupun wanita adalah varietas pengasuhan dan konteks sosial budaya (Gross, & Thompson, 2014). Gross, 2014 menetapkan tujuh indikator perilaku yang dapat menentukan kemampuan regulasi emosi seseorang, diantaranya yaitu kepercayaan individu dalam menyelesaikan masalah, individu dapat memilih cara untuk mengurai emosi negatif, individu bisa menenangkan diri setelah emosi negatif yang dirasakan, dapat berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik, dapat mengelola respon emosi (fisiologis, tingkah laku dan nada bicara), individu mampu menerima sebuah tragedi yang menyebabkan timbulnya emosi negatif, dan tidak merasa malu merasakan emosi. Kedekatan orangtua-anak (*parental bonding*) secara emosional memberikan pengaruh terhadap kehidupan remaja (Tustikarana, 2016). Karim & Begum, 2017 mengatakan bahwa *parental bonding* berperan sangat penting selama

16 tahun pertama kehidupan remaja terhadap aspek berperilaku dan aspek perkembangan. Memiliki kepercayaan diri yang baik, mandiri, berprestasi, memiliki harga diri yang tinggi, memiliki rasa kompeten, dan tidak memunjukkan perilaku bermasalah merupakan ciri-ciri dari remaja yang memiliki *parental bonding* yang baik (Rice & Dolgin, 2008 dalam Tustikarana, 2016).

Parker, Tupling, dan Brown (1979) mengidentifikasi dimensi khusus untuk *parental bonding* berdasarkan *Parental Bonding Instrument (PBI)*. Dimensi pertama merupakan *parental care* yang meliputi rasa empati dan kelekatan, sikap hangat, kepedulian, kehangatan emosional, dan sikap yang hangat. Yang kedua adalah *parental control*, meliputi hambatan yang dilakukan orangtua terhadap anak, dan pengendalian yang membatasi perkembangan otonomi dan kebebasan anak. *Parental bonding* memiliki beberapa jenis, yang pertama adalah *optimal parenting* (*care* yang tinggi dan *protection* yang rendah), *affectionate constraint* (*care* dan *protection* yang tinggi), *affectionless control* (*care* yang rendah dan *protection* yang tinggi), dan

neglectful parenting (*care dan protection* rendah) (Parker et al., 1979).

Berdasarkan Survei nasional penyalahguna narkoba di 34 provinsi tahun 2017 tercatat sebesar 24% pelajar di Indonesia menjadi penyalahguna narkoba atau setara dengan 810.267 orang. Sedangkan di provinsi Sumatra Barat angka prevalensi penyalahguna pada tahun 2014 sebesar 1,72 % meningkat menjadi 1,78 % pada tahun 2017.

Hasil wawancara terhadap tiga orang remaja pengguna NAPZA yang berada di Sumatera Barat menunjukkan adanya data yang berbeda antara remaja yang memiliki *parental bonding* yang baik dengan remaja yang tidak memiliki kedekatan dengan orangtua. Remaja 1 mengaku sangat dekat dengan orangtuanya terutama ibu seperti seringnya bercerita dan ia juga mengatakan bahwa ia adalah anak paling manja karna alasan anak paling bungsu. Remaja 2 mengaku juga memiliki hubungan yang baik dengan orangtua terutama dengan ibu yang dinyatakan dengan sering bercerita terkait hal-hal yang dialaminya, melempar candaan, dan tertawa. Remaja 3 mengaku tidak memiliki hubungan yang baik dengan kedua orangtuanya terutama ayah yang

merupakan seorang bandar narkoba yang ditunjukkan dengan perilaku yang acuh/diacuhkan orangtua.

Regulasi emosi antara ketiga remaja menunjukkan adanya perbedaan. Remaja 1 mengaku dalam menghadapi suatu masalah ia lebih mencoba untuk menahan agar tidak terbawa emosi negatif, mencoba menyelesaikan dengan komunikasi verbal yang baik, namun jika tidak dapat diselesaikan dengan komunikasi verbal ia akan menggunakan cara nonverbal seperti memukul, meninju dan sebagainya, selain itu ia juga mengatakan bahwa setelah memukul dan meninju ia akan segera menenangkan diri untuk tidak terbawa emosi kembali. Remaja 2 mengaku dalam menghadapi suatu masalah tidak mudah terbawa oleh emosi negatif. Ia mengatakan jika ia sampai terbawa emosi negatif, emosi tersebut hanya akan bertahan paling lama 5 menit. Remaja 3 mengaku dalam menghadapi suatu masalah atau ada suatu yang menyinggung perasaannya ia akan sangat mudah terbawa emosi negatif seperti berbicara dengan nada bicara yang keras, mengeluarkan kata-kata kotor dan sebagainya.

Fenomena tersebut membuat peneliti tertarik untuk meneliti untuk

meneliti mengenai gambaran regulasi emosi jika ditinjau dari *parental bonding* pada remaja pengguna napza yang berada di Sumatera Barat. Hal tersebut karena adanya perbedaan regulasi emosi pada remaja yang memiliki *parental bonding* yang baik dengan remaja yang tidak memiliki hubungan baik dengan orangtua. Sedikitnya penelitian mengenai gambaran *parental bonding* yang berkaitan dengan regulasi emosi pada remaja menjadikan penelitian ini penting dilakukan sebagai sumber rujukan penelitian-penelitian berikutnya.

METODE

Subjek

Penelitian yang dilakukan melibatkan sebanyak 40 responden penelitian. Responden adalah remaja menggunakan NAPZA di provinsi Sumatera Barat dengan rentang usia 13-22 tahun.

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif komparatif dengan pengumpulan informasi melalui pertanyaan-pertanyaan dan membedakan data dalam dua kelompok yaitu *parental bonding* dan regulasi emosi.

Teknik Pengumpulan Data

Untuk melihat fenomena awal pada remaja dilakukan teknik wawancara terhadap beberapa orang remaja yang menggunakan NAPZA. Kemudian pengumpulan data dilakukan menggunakan kusioner menggunakan *google form*. Dalam penelitian ini menggunakan dua instrument penelitian yaitu *Parental Bonding Instrument (PBI)* (Parker, Tupling & Brown, 1979) yang telah di adaptasi dan dikerucutkan dari 25 item pertanyaan menjadi 10 item pertanyaan oleh peneliti dan instrument Regulasi Emosi oleh Sulanjari, 2018 yang telah diadaptasi dari 70 item pertanyaan menjadi 24 item pertanyaan berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh (Gross, 2014). Model skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *likert* yang terdiri dari empat respon jawaban yaitu, STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), S (Setuju), SS (Sangat Setuju) dengan kriteria poin untuk item *favorable* 1-4 dan *unfavorable* 4-1.

Teknik Analisis Data

Sebelum dilakukannya analisis data, peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas, uji homogenitas dan uji linearitas. Berdasarkan hasil uji

normalitas diketahui nilai signifikansi adalah sebesar $0,654 > 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa nilai residual berdistribusi normal. Untuk uji linearitas diketahui nilai signifikansi adalah sebesar $0,56 > 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa hasil ujinya linear. Sedangkan uji homogenitas diketahui nilai signifikansi adalah sebesar $0,173 > 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa data homogen. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa teknik analisis yang digunakan adalah Anava satu jalur (*One Way Anova*) karena uji asumsi normalitas dan homogenitas terpenuhi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Responden dalam penelitian ini merupakan remaja menggunakan NAPZA di Sumatera Barat yang berusia 13-22 tahun. Untuk melihat kategorisasi skor per aspek responden pada skala *parental bonding* dapat dilihat pada tabel 1, kategorisasi regulasi emosi pada tabel 2, dan analisis hipotesis uji *One Way Anova* pada tabel 3.

Tabel 1. Pengkategorisasian skor responden pada aspek skala *Parental Bonding*

Aspek	Skor	Subjek (%)
Care		
Tinggi	$15 \leq X$	10 (25%)
Rendah	$X < 10$	30 (75%)
Jumlah		40 (100%)
Protection		
Tinggi	$15 \leq X$	3 (7,5%)
Rendah	$X < 10$	37 (92,5%)
Jumlah		40 (100%)

Skor kategorisasi pada tabel 1 menunjukkan bahwa dari 40 orang responden penelitian, 10 atau 25% responden memiliki *parental bonding* yang tinggi pada aspek *care* dan 30 atau (75%) responden memiliki *parental bonding* yang rendah pada aspek *care*.

Sedangkan pada aspek *protection*, 3 atau 7,5 % dari 40 responden memiliki *protection* yang tinggi dan 37 atau 92,5% responden memiliki *protection* yang rendah. Berikutnya untuk melakukan pengkategorian tipe *parental bonding* yang dimiliki oleh responden dilakukan dengan membandingkan skor yaitu antara skor *care* dan *protection*. Dari hasil perbandingan skor diperoleh hasil bahwa dari 40 responden, 8 diantaranya memiliki tipe *parental bonding optimal parenting* dengan skor

care yang tinggi dari skor *protection*, 1 orang memiliki tipe *affectionless control* dengan skor *protection* yang tinggi dari skor *care*, 2 orang memiliki tipe *affectionate constraint* dengan skor *care* dan *protection* yang sama-sama tinggi, dan 29 orang lagi memiliki tipe *neglectful parenting* dengan skor *care* dan *protection* yang sama-sama rendah.

Tabel 2. Kategorisasi tingkat regulasi emosi dan distribusi skor responden

Kategori	Skor	Subjek (%)
Sangat Tinggi	$78 < X$	0 (0 %)
Tinggi	$66 < X \leq 78$	5 (12,5 %)
Sedang	$54 < X \leq 66$	9 (22,5 %)
Rendah	$42 < X \leq 54$	16 (40 %)
Sangat Rendah	$X < 42$	10 (25 %)
Jumlah		40 (100 %)

Berdasarkan table 2, dari 40 responden penelitian, terdapat sebanyak 10 orang responden penelitian berada pada kategori sangat rendah, 16 orang responden penelitian berada pada kategori rendah, 9 orang responden pada kategori sedang, 5 orang responden berada pada kategori tinggi dan pada kategori sangat tinggi tidak terdapat. Hasil uji normalitas data menggunakan *kolgomorov smirnov* KS-Z, sebesar $0,654 > 0,05$ mdari hal tersebut dapat dikatakan bahwa data yang diperoleh

berdistribusi normal. Hasil uji homogenitas diketahui sebesar $0,173 > 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa data yang diperoleh homogen. Untuk uji linearitas diketahui sebesar $0,56 > 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa data diperoleh linear.

Tabel 3. Uji hipotesis dengan Teknik analisis One Way Anova

ANOVA					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	1544.262	3	514.754	4.793	.007
Within Groups	3866.138	36	107.393		
Total	5410.400	39			

Kemudian, untuk menguji hipotesis dilakukan dengan *Teknik statistik One Way Anova* dapat dilihat pada tabel 3.

Pada tabel diperoleh nilai F sebesar 4,793 dengan nilai signifikansi sebesar 0,007. Dengan nilai signifikansi yang besar dari 0,05 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada regulasi emosi ditinjau dari *parental bonding* pada remaja menggunakan NAPZA di Sumatera Barat.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan regulasi

emosi ditinjau dari *parental bonding* pada remaja menggunakan NAPZA di Sumatera Barat. Berikutnya, dari perhitungan skor empirik responden ditemukan bahwa remaja menggunakan NAPZA di Sumatera Barat lebih banyak berada pada tipe *parental bonding neglected parenting* yang mana hal tersebut merupakan tipe yang memiliki *care* dan *protection* yang sama-sama rendah. Kemudian untuk perhitungan skor regulasi emosi remaja menggunakan NAPZA di Sumatera Barat lebih banyak berada pada kategori rendah dan sangat rendah.

Perhitungan skor perkategori *parental bonding* remaja menggunakan NAPZA di Sumatera Barat didapatkan hasil 20% berada pada kategori *optimal parenting* (*care* lebih besar dari *protection*), tipe tersebut adalah tipe dimana orangtua menunjukkan kehangatan, kepedulian dan perhatian pada mereka. Namun orangtua tetap memonitor, mengontrol, menghargai aspirasi dan menghargai pilihan remaja dengan baik. Remaja yang berada pada kategori ini mendapatkan skor rata-rata regulasi emosi tinggi sebanyak 5%, sedang 7,5% orang dan rendah 7,5% orang.

Pada tipe *parental bonding affectionless control* (*care* lebih kecil dari *protection*) terdapat 2,5% responden dengan regulasi emosi yang sangat rendah. Remaja yang berada pada tipe ini memiliki orangtua yang kurang peduli namun membebaskan remaja untuk memilih tanpa mempertimbangkan kebutuhan.

Pada tipe *parental bonding affectionate constrain* (*care* dan *protection* sama-sama tinggi) terdapat 5% responden dengan skor regulasi emosi kategori tinggi dan sedang. Remaja yang berada pada tipe ini memiliki orangtua yang kaku dan mengendalikan remaja.

Tipe *parental bonding* terakhir yaitu *neglected parenting* (*care* dan *protection* sama-sama rendah) terdapat 72,5% responden dengan kategori tinggi 5%, sedang 12,5%, rendah 32,5% dan sangat rendah 22,5%. Remaja dengan tipe ini memiliki orangtua yang menunjukkan perilaku tidak peduli dan membebaskan remaja bertindak sesuka hati.

Gross (2014), regulasi yang baik adalah ketika remaja mampu menyelesaikan masalah dengan baik, remaja dapat mengontrol respon emosi

yang akan dikeluarkan terhadap masalah yang dihadapi seperti tingkah laku yang muncul dan nada bicara, dan remaja mampu menerima suatu tragedi yang melibatkan emosi serta tidak malu merasakan emosi.

Hasil penelitian diatas dukung oleh pendapat Santrock (2012), anak yang tumbuh dengan kelekatan yang aman akan menjadi anak dengan pribadi yang memiliki *self esteem* tinggi dan kesejahteraan emosi yang lebih baik sehingga mampu meregulasi emosi yang mereka miliki.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Larasati & Desiningrum (2017) menjelaskan bahwa remaja dengan kelekatan yang tinggi akan memiliki regulasi emosi yang tinggi pula dan sebaliknya remaja dengan rendah maka akan menunjukkan regulasi emosi yang rendah pula. Hal tersebut kembali didukung oleh pendapat Santrock, 2012 yang mengatakan bahwa remaja sangat rentan mengalami ketidakstabilan secara emosional, oleh karena itu diperlukan figur lekat pada masa-masa remaja terlebih lagi ketika remaja mengalami tekanan dan masalah.

Dari hasil penelitian yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa pola

asuh menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi regulasi emosi remaja yaitu *parental bonding*. Selain itu, juga terdapat faktor lain yang mempengaruhi regulasi emosi yaitu, faktor lingkungan, faktor pengamalan, faktor pengaman traumatik, jenis kelamain, usia, perubahan jasmani, perubahan pandang luar dan regulasi (Widiyastuti, 2014).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Pada penelitian ini terdapat perbedaan regulasi emosi ditinjau dari *parental bonding* pada remaja menggunakan NAPZA di Sumatera Barat.
2. Tipe *parental bonding* remaja menggunakan NAPZA di Sumatera Barat adalah *neglected parenting* (*care* dan *protection* sama-sama rendah)
3. Tingkat regulasi emosi remaja menggunakan NAPZA di Sumatera Barat berada pada kategori rendah dan sangat rendah.

Saran

1. Untuk penelitian selanjutnya agar mengkaji lebih dalam mengenai regulasi emosi dan *parental bonding*.
2. Pengambilan data penelitian berikutnya disarankan untuk

menemui responden secara langsung agar dapat membangun *raport* yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Narkotika Nasional. (2017). *Survei nasional penyalahgunaan narkoba di 34 provinsi tahun 2017*. Jakarta: Pusat Penelitian Data dan Informasi Badan Narkotika Nasional.
- Gross, J.J. (2007). *Handbook of emotional regulation*. New York: The Guilford Press.
- Gross, J.J. (2014) *Handbook of Emotional Regulation second edition*, New York: Guilford Press.
- Gross, J.J., Thompson, R.A. (2014). *Emotion regulation: conceptual and empirical foundations*. New York : The Guilford Press.
- Karim, A.K.M.R., Begum, T. (2017). The parental bonding instrument: a psychometric measure to assess parenting practices in the homes in Bangladesh. *Asian Journal of Psychiatry*, 25, 231-239. DOI: 10.1016/j.ajp.2016.11.004.
- Larasati, I. N., & Desiningrum, D. R. (2017). Hubungan antara kelekatan aman dengan ibu dan regulasi emosi siswa kelas X SMA NEGERI 3 Salatiga. *Jurnal Empati Diponegoro* ,7 (3), 127-133.
- Parker, G., Tupling, H., & Brown, L. B. (1979). A parental bonding instrument. *British Journal of Medical Psychology*, 52, 1-10. <https://doi.org/10.1111/j.20448341.1979.tb02487.x>
- Santrock, J.W. (2012). *Life-span development*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock. (2007). *Perkembangan anak*. Jakarta: PT. Erlangga.
- Sulanjari, K. (2018). Hubungan antara regulasi emosi dan kepuasan perkawinan pada individu yang telah menikah lebih dari 5 tahun. [Skripsi]. Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Tustikarana, A. M. (2016). *Hubungan Antara Parental bonding Dengan Regulasi Emosi Pada Remaja*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Widiyastuti, L. (2014). Regulasi emosi pada guru BK Program akselerasi SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. [Skripsi]. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta.