Regulasi Emosi pada Remaja Akhir Pasca Perceraian Orang Tua Ditinjau dari Fatherless: Studi Korelasional

Alfina Maghfiroh[1], Al Thuba Septa Priyanggasari[2], Nadia Putri Rizanti[3]
Psikologi, Universitas Merdeka Malang
email: 22090000225@student.unmer.ac.id[1], althuba.septa@unmer.ac.id[2], 23090000297@student.unmer.ac.id[3]

Kata Kunci:

Fatherless
Perceraian orang tua
Regulasi Emosi
Remaja akhir

ABSTRAK

Perceraian orang tua dapat mengubah struktur dan dinamika keluarga, salah satunya melalui berkurangnya keterlibatan ayah dalam kehidupan anak yang dikenal sebagai *fatherless*. Kondisi tersebut diduga memengaruhi kemampuan remaja dalam meregulasi emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *fatherless* dengan regulasi emosi pada remaja akhir pasca perceraian orang tua. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 120 remaja akhir berusia 18–22 tahun yang mengalami perceraian orang tua di Indonesia dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Variabel *fatherless* diukur menggunakan skala yang diadopsi dari Aini (2019), sedangkan regulasi emosi diukur menggunakan skala yang diadopsi dari Utama (2022). Data dianalisis menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *fatherless* dengan regulasi emosi. Semakin tinggi tingkat *fatherless* yang dialami remaja, maka semakin rendah kemampuan regulasi emosinya. Temuan ini menunjukkan pentingnya peran ayah dalam mendukung perkembangan regulasi emosi pada remaja akhir pasca perceraian orang tua.

Keyword:

Emotion Regulation
Fatherless
Late adolescence
Parental divorce

ABSTRACT

Parental divorce may alter family structure and dynamics, including reduced paternal involvement in children's lives, commonly referred to as *fatherless*. This condition is assumed to influence adolescents' ability to regulate their emotions. This study aimed to examine the relationship between *fatherless* and emotion regulation among late adolescents after parental divorce. A quantitative correlational design was employed. The participants consisted of 120 Indonesian late adolescents aged 18–22 years whose parents had divorced and were selected using purposive sampling. *Fatherless* was measured using a scale adapted from Aini (2019), while emotion regulation was measured using a scale adapted from Utama (2022). Data were analyzed using simple linear regression. The findings revealed a significant negative relationship between *fatherless* and emotion regulation. Higher levels of *fatherless* were associated with lower levels of emotion regulation. These findings highlight the importance of fathers' involvement in supporting the emotional development of late adolescents after parental divorce.

I. PENDAHULUAN

Perceraian orang tua dapat mengubah struktur dan dinamika keluarga, salah satunya melalui berkurangnya keterlibatan ayah dalam kehidupan anak. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2025, terdapat 438.168 kasus perceraian di Indonesia. Kondisi tersebut dapat menyebabkan perubahan hubungan antara anak dan ayah, seperti berkurangnya komunikasi, pertemuan, dan kedekatan emosional. Salah satu aspek yang dapat berkaitan dengan kondisi tersebut adalah regulasi emosi. Regulasi emosi merupakan kemampuan individu dalam memahami, mengelola, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi sesuai dengan situasi yang dihadapi.

Penelitian Retnoningtias dan Dewi (2025) menunjukkan bahwa 21,3% remaja berada pada kategori regulasi emosi rendah hingga sangat rendah. Fenomena serupa juga ditemukan berdasarkan wawancara awal terhadap lima remaja akhir yang mengalami perceraian orang tua. Hasil wawancara menunjukkan adanya perubahan hubungan dengan ayah serta kecenderungan mengalami kesulitan dalam mengendalikan dan menenangkan diri ketika menghadapi emosi yang kuat.

Lingkungan keluarga menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan perkembangan regulasi emosi, termasuk keterlibatan ayah dalam memberikan perhatian, dukungan emosional, rasa aman, dan bimbingan. Ketika keterlibatan tersebut berkurang, remaja dapat kehilangan salah satu sumber dukungan dalam perkembangan emosionalnya. Penelitian Prabawati (2024) menemukan hubungan negatif dan signifikan antara *fatherless* dengan regulasi emosi. Putri (2025) juga menemukan bahwa *fatherless* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap regulasi emosi, sedangkan Koem et al. (2026) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *fatherless*, semakin rendah kemampuan regulasi emosi remaja.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *fatherless* dengan regulasi emosi pada remaja akhir pasca perceraian orang tua. Penelitian ini secara khusus melibatkan remaja akhir berusia 18–22 tahun dengan latar belakang orang tua bercerai. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *fatherless* dengan regulasi emosi pada remaja akhir pasca perceraian orang tua. Semakin tinggi *fatherless* yang dialami remaja, maka semakin rendah kemampuan regulasi emosinya.

II. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara *fatherless* sebagai variabel bebas dengan regulasi emosi sebagai variabel terikat pada remaja akhir pasca perceraian orang tua (Sugiyono, 2022; Silalahi, 1999). Populasi penelitian adalah remaja akhir berusia 18–22 tahun di Indonesia yang mengalami perceraian orang tua. Sampel penelitian berjumlah 120 responden yang diperoleh menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *convenience sampling*. Jumlah sampel ditentukan berdasarkan perhitungan Bartlett et al. (2001).

Data dikumpulkan secara daring menggunakan kuesioner dengan skala Likert empat pilihan respons. Regulasi emosi diukur menggunakan skala yang diadopsi dari Utama (2022) berdasarkan aspek Gratz dan Roemer (2004) yang terdiri atas 25 aitem. Sementara itu, *fatherless* diukur menggunakan skala yang diadopsi dari Aini (2019) berdasarkan aspek peran ayah menurut Hart (dalam Abdurrahman, 2019) yang terdiri atas 29 aitem.

Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 25. Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan uji linearitas. Selanjutnya, hipotesis diuji menggunakan analisis regresi linear sederhana dengan taraf signifikansi 0,05 (Azwar, 2017; Sugiyono, 2019).

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 120 subjek yang memenuhi karakteristik penelitian, yaitu remaja akhir berusia 18–22 tahun yang mengalami perceraian orang tua. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan *Google Form* yang disebarkan kepada responden yang sesuai dengan kriteria penelitian. Karakteristik subjek penelitian disajikan berdasarkan jenis kelamin, usia, provinsi dan status orang tua disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1. Data Demografi Subjek Penelitian Bedasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Perempuan	71	59,2 %
Laki-laki	49	40,8 %
Total	**120**	**100%**

Tabel 1 menunjukkan bahwa seluruh responden dalam penelitian ini berjumlah 120 remaja akhir pasca perceraian orang tua, yang terdiri dari 71 responden perempuan (59,2%) dan 49 responden laki-laki (40,8%).

Tabel 2. Data Demografi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Presentase
18	4	2,6%
19	5	4,2%
20	10	8,4%
21	28	23,5%
22	73	61,3%
Jumlah	**390**	**100%**

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa subjek penelitian terdiri dari beberapa kelompok usia. Responden berusia 18 tahun sebanyak 4 orang (2,6%), usia 19 tahun sebanyak 5 orang (4,2%), usia 20 tahun sebanyak 10 orang (8,4%), usia 21 tahun sebanyak 28 orang (23,5%), dan usia 22 tahun sebanyak 73 orang (61,3%).

Tabel 3. Data Demografi Subjek Penelitian Berdasarkan Provinsi

Provinsi	Frekuensi	Presentase
Jawa Timur	25	20,8%
Jawa Tengah	19	15,8%
Jawa Barat	18	15,0%
DKI Jakarta	11	9,2%
Bali	7	5,8%
Banten	7	5,8%
DI Yogyakarta	4	3,3%
Nusa Tenggara Timur (NTT)	4	3,3%
Kalimantan Tengah	3	2,5%
Lampung	3	2,5%
Sumatera Utara	3	2,5%
Jambi	2	1,7%
Maluku	2	1,7%
Maluku Utara	2	1,7%
Sulawesi Utara	2	1,7%
Kalimantan Timur	2	1,7%
Riau	1	0,8%
Aceh	1	0,8%
Papua Barat	1	0,8%
Sumatera Selatan	1	0,8%
Nusa Tenggara Barat (NTB)	1	0,8%
Kalimantan Barat	1	0,8%
Kalimantan Utara	1	0,8%
Kalimantan Selatan	1	0,8%
Jumlah	**120**	**100%**

Berdasarkan asal provinsi, responden penelitian terbanyak berasal dari Jawa Timur sebanyak 25 orang (20,8%), Jawa Tengah sebanyak 19 orang (15,8%), dan Jawa Barat sebanyak 18 orang (15%). Selanjutnya, DKI Jakarta sebanyak 11 orang (9,2%), Bali dan Banten masing-masing 7 orang (5,8%), DI Yogyakarta dan NTT masing-masing 4 orang (3,3%), Kalimantan Tengah, Lampung, dan Sumatera Utara masing-masing 3 orang (2,5%), serta Jambi, Maluku, Maluku Utara, Sulawesi Utara, dan Kalimantan Timur masing-masing 2 orang (1,7%). Adapun Riau, Aceh, Papua Barat, Sumatera Selatan, NTB, Kalimantan Barat, Kalimantan Utara, dan Kalimantan Selatan masing-masing sebanyak 1 orang (0,8%).

Tabel 4. Data Demografi Subjek Penelitian Berdasarkan Status

Status	Frekuensi	Presentase
Bercerai	120	100%
Jumlah	**120**	**100%**

Berdasarkan karakteristik status orang tua, seluruh subjek dalam penelitian ini memiliki orang tua yang telah bercerai. Hal tersebut ditunjukkan oleh seluruh responden yang berjumlah 120

orang (100%) berada pada kategori orang tua bercerai.

Tabel 5. Hasil uji normalitas

Variabel	P (sig.)	Keterangan
Fatherless	0.001	Tidak Normal
Regulasi Emosi	0.003	Tidak Normal

Uji normalitas dilakukan menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Berdasarkan Tabel 8 diketahui bahwa variabel *fatherless* memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001, sedangkan variabel regulasi emosi memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,003. Kedua nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data pada kedua variabel tidak berdistribusi normal. Menurut Katz (2011), data penelitian yang tidak memenuhi prasyarat statistik parametrik, seperti data yang tidak berdistribusi normal, dapat dianalisis menggunakan statistik nonparametrik. Namun, apabila jumlah responden lebih dari 100, analisis parametrik tetap dapat digunakan. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 120 orang, sehingga analisis regresi linear sederhana tetap dapat digunakan sesuai dengan ketentuan tersebut.

Tabel 6. Hasil Uji Linieritas

Variabel	p(sig.)	Keterangan
Fatherless dan Regulasi Emosi	0.063	Linear

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa hasil uji linearitas memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,063. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel *fatherless* dan regulasi emosi bersifat linear.

Tabel 7. Hasil uji hipotesis regresi linier sederhana

Variabel	B	β		SE	t	p(sig.)
(Constant)	74,782			5.781	12,936	0.000
Fatherless	-0,236	-0,300		0.069	-3,413	0.001
R^2			0.090			
F			11.652			0.001

Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa *fatherless* berhubungan secara signifikan dengan regulasi emosi, dengan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,090 menunjukkan bahwa *fatherless* memberikan kontribusi sebesar 9,0% terhadap regulasi emosi, sedangkan 91,0% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Nilai koefisien regresi (B = -0,236) dan koefisien beta (β = -0,300) menunjukkan arah hubungan negatif. Artinya, semakin tinggi tingkat *fatherless* yang dialami remaja, maka semakin rendah kemampuan regulasi emosinya.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *fatherless* dengan regulasi emosi pada remaja akhir pasca perceraian orang tua. Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *fatherless* yang dialami remaja akhir, maka semakin rendah kemampuan regulasi emosinya. Kondisi *fatherless* tidak hanya mengacu pada ketidakhadiran ayah secara fisik, tetapi juga pada berkurangnya keterlibatan ayah dalam memberikan perhatian, dukungan emosional, bimbingan, perlindungan, dan keteladanan. Berkurangnya keterlibatan tersebut dapat berkaitan dengan kemampuan remaja dalam mengenali, menerima, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi secara adaptif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Prabawati (2024) yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara *fatherless* dengan regulasi emosi pada remaja. Temuan ini juga didukung oleh Hikmah dan Selian (2025) yang menunjukkan bahwa berkurangnya keterlibatan ayah berkaitan dengan perkembangan emosional remaja. Selain itu, Puglisi et al. (2024) menyatakan bahwa keterlibatan ayah memiliki peranan dalam perkembangan regulasi emosi anak. Dengan demikian, hasil penelitian ini mendukung temuan sebelumnya bahwa keterlibatan ayah merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan kemampuan regulasi emosi.

Penelitian ini memberikan tambahan bukti empiris mengenai hubungan *fatherless* dengan regulasi emosi pada remaja akhir pasca perceraian orang tua. Namun, penelitian ini hanya mengkaji hubungan antara kedua variabel tersebut sehingga penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan faktor lain yang berkaitan dengan regulasi emosi serta melibatkan karakteristik responden yang lebih beragam.

IV. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara fatherless dengan regulasi emosi pada remaja akhir pasca perceraian orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat fatherless yang dialami remaja, maka semakin rendah kemampuan regulasi emosinya. Temuan tersebut menunjukkan bahwa berkurangnya keterlibatan ayah setelah perceraian tetap berkaitan dengan kemampuan remaja akhir dalam meregulasi emosi. Oleh karena itu, keterlibatan ayah, baik melalui perhatian, dukungan emosional, maupun peran dalam kehidupan anak, tetap penting untuk mendukung perkembangan regulasi emosi pada remaja meskipun orang tua telah bercerai.

DAFTAR RUJUKAN

[1] Abdurrahman. (2019). Peran ayah dalam pendidikan anak: *Kajian Tafsir Al-Azhar.* Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

[2] Aini, N. (2019). Hubungan antara fatherless dengan self-control siswa. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

[3] Azwar, S. (2017). *Penyusunan skala psikologi* (Ed. 2, Cet. 11). Pustaka Pelajar.

[4] Badan Pusat Statistik. (2025). Jumlah perceraian menurut provinsi dan faktor penyebab perceraian (perkara), 2024.

[5] Bartlett, J. E., II, Kotrlik, J. W., & Higgins, C. C. (2001). Organizational research: Determining appropriate sample size in survey research. *Information Technology, Learning, and Performance Journal, 19*(1), 43–50.

[6] 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

[7] Katz, M. H. (2006). Multivariable analysis: a practical guide for clinicians. Cambridge university press.

[8] Koem, S. V., Indarwati, A., & Mursyid, M. (2026). Hubungan antara fatherless dengan regulasi emosi pada remaja SMP Negeri 1 Limboto. Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan, 5(2), 887–894.

[9] Prabawati, T. (2024). *Hubungan antara fatherless dengan regulasi emosi remaja kelas XI di SMK Negeri 10 Semarang.* Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

[10] Puglisi, N., Rattaz, V., Favez, N., & Tissot, H. (2024). Father involvement and emotion regulation during early childhood: A systematic review. *BMC Psychology, 12,* Article 675. https://doi.org/10.1186/s40359-024-02182-x

[11] Retnoningtias, D. W., & Dewi, N. N. A. I. (2025). Tingkat regulasi emosi pada remaja Indonesia. *Seminar Ilmiah Nasional Teknologi, Sains, dan Sosial Humaniora, 8,* 16–24. https://doi.org/10.36002/snts.v8i.5245

[12] Silalahi, U. (1999). *Metode dan metodologi penelitian.* Bina Budhaya.

[13] Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, kombinasi, R&D, dan penelitian pendidikan.* Alfabeta.

[14] Utama, F. I. A. (2022). *Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku cyberbullying pada remaja di Kota Jambi.* Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi.

[15] Hikmah, N., & Selian, S. N. (2025). Dampak fatherless pada emosi remaja. Jurnal Wawasan Psikologi, 3(1), 53–62. https://doi.org/10.24246/jwp.v3i1.18484