

Hubungan Antara Pola Asuh Permisif Dengan Regulasi Emosi Dalam Menjalin Hubungan Romantis Pada Dewasa Awal

by Fesi Ifriana 2

Submission date: 20-Aug-2025 12:30PM (UTC+0700)

Submission ID: 2732237837

File name: SKRIPSI_ASLI_TURNITIN_1.docx (185.61K)

Word count: 9482

Character count: 60275

**HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH PERMISIF DENGAN
REGULASI EMOSI DALAM MENJALIN HUBUNGAN
ROMANTIS PADA DEWASA AWAL**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosisial

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

Fesi Ifriana
212303051

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL
UNIVERSITAS JENDERAL AHMAD YANI
YOGYAKARTA
2025

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Dewasa awal yaitu masa peralihan dari remaja menuju fase kedewasaan, ditandai oleh kemandirian secara ekonomi, kebebasan dalam menentukan tujuan hidup, serta memiliki cara pandang terhadap masa depan yang sesuai dengan realistis. Menurut Santrock (Putri, 2019) menyatakan bahwa dewasa awal adalah masa transisi yang berkisar rentang usia 18 sampai 25 tahun, ditandai dengan banyak eksplorasi dan percobaan dalam berbagai aspek kehidupan. Pada masa ini, individu berupaya mencari, menemukan, dan memperkuat identitas serta mempersiapkan diri untuk menjalani peran reproduktif. Dewasa awal juga merupakan periode yang penuh tantangan, ketegangan emosional, dan sering kali diwarnai oleh isolasi sosial, komitmen, dan perubahan nilai. Seiring bertambahnya usia dan tanggung jawab, individu diharapkan menjadi lebih mandiri dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk secara ekonomi, sosial, dan psikologis.

Pada tahap ini juga, individu mulai menunjukkan ketertarikan untuk membangun hubungan romantis yang lebih serius sebagai bagian dari pencarian kedekatan emosional dan stabilitas dalam kehidupan sosial mereka. Hubungan romantis merupakan bentuk relasi yang kompleks dan melibatkan keterikatan emosional, kasih sayang, serta ketertarikan antara dua individu (Feldman, 2017). Hubungan ini berperan penting dalam kesejahteraan psikologis, karena menjadi

wadah untuk menyalurkan kebutuhan akan keintiman, dukungan emosional, dan komitmen jangka panjang (Girme, Jones, Fleck, Simpson, & Overall, 2018).

Hubungan romantis yang melibatkan keterikatan emosional lebih dalam dibandingkan pertemanan atau hubungan kerja. Dalam hubungan romantis, individu dihadapkan pada berbagai tantangan dalam mengelola emosi, seperti mengatasi konflik, menjaga kestabilan emosi saat menghadapi perbedaan pendapat, dan membangun komunikasi yang efektif dengan pasangan. Regulasi emosi dalam hubungan romantis sangat berpengaruh terhadap kualitas dan keberlangsungan hubungan itu sendiri (Richards, Butler, & Gross, 2003).

Berkaitan dengan hal tersebut, pada tanggal 7 Maret 2025 peneliti melakukan wawancara kepada dua individu perempuan berusia 21 tahun dan satu individu laki-laki berusia 20 tahun. Dalam wawancara tersebut, individu mengatakan bahwa sering mengalami kesulitan dalam mengatur emosi, terutama saat bertengkar dengan pasangan atau saat ingin mengungkapkan perasaan dan kebutuhan dengan cara yang baik. Mereka juga mengungkapkan bahwa emosi mereka sering terasa berantakan, sulit mengendalikan reaksi saat bersama pasangan, dan merasa bingung bagaimana mengekspresikan perasaan dengan tepat dalam hubungan.

Mengelola emosi dalam hubungan kadang bukan hal yang mudah. Hal ini bisa saja berkaitan dengan pengalaman masa kecil, seperti bagaimana orang tua memperlakukan anak sejak dini. Saat seseorang tumbuh dewasa, apa yang diterima dan dipelajari sejak kecil bisa memengaruhi cara mereka menjalin

hubungan, termasuk dalam hubungan romantis. Hal ini bisa berpengaruh pada cara mereka menghadapi perbedaan, menyampaikan perasaan, dan menjaga hubungan tetap sehat dan seimbang. Karena hubungan romantis sering melibatkan banyak emosi, pengendalian emosi merupakan keterampilan yang penting. Hal ini membantu individu agar bisa merespons situasi emosional secara sehat dan tidak terbawa suasana secara berlebihan (Gross, 2014).

Regulasi emosi menggambarkan kemampuan individu untuk mengelola, menyesuaikan, dan mampu mengontrol emosi sesuai dengan kondisi yang dihadapi. Kemampuan ini meliputi bagaimana seseorang mengenali, memahami, mengekspresikan, dan mengendalikan emosinya dengan cara yang lebih adaptif. Regulasi emosi tidak hanya soal menahan emosi negatif, tapi juga menjaga dan meningkatkan emosi positif agar keseimbangan psikologis tetap terjaga (John & Gross, 2004).

Kemampuan regulasi emosi yang baik membuat individu lebih terampil dalam menyeimbangkan antara perasaan dan tindakan, sehingga bisa berfungsi secara efektif di lingkungan sosial (Pusvitasari & Yuliasari, 2021). Gratz dan Roemer (Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019) menyatakan bahwa regulasi emosi terdiri atas kemampuan menerima emosi, menahan dorongan perilaku impulsif, serta memilih strategi pengelolaan emosi yang sesuai dengan situasi..

Regulasi emosi merupakan proses yang dilakukan individu untuk menyarankan atau mengarahkan emosi yang dimiliki, menentukan kapan emosi muncul, serta bagaimana emosi tersebut dialami dan diekspresikan (Gross, 2014). Individu yang tidak mampu atau kesulitan untuk mengelola emosinya

sering disebut sebagai kesulitan dalam meregulasi emosi. Thompson (Rusmaladewi, Indah, Kamala, & Anggraini, 2020) regulasi emosi mencakup proses internal yang berkaitan dengan cara individu mengelola emosinya, serta proses eksternal yang berkaitan dengan bagaimana pengaruh emosi tersebut terhadap lingkungan sekitar. Tujuan dari proses ini adalah untuk memantau, menilai, dan mengatur respons emosional agar individu dapat mencapai tujuan tertentu. Sementara itu, Dalam pandangan Gross dan Thompson (2007), regulasi emosi merupakan kapasitas individu dalam menilai dan menyesuaikan reaksi emosionalnya sehingga perilaku yang ditampilkan selaras dengan kondisi yang sedang dihadapi. Dalam regulasi emosi terdapat strategi yang dapat diterapkan secara sadar maupun otomatis, guna mempertahankan, meningkatkan, atau menurunkan komponen-komponen dalam respons emosional, seperti pengalaman subjektif maupun perilaku yang menyertainya. Keterampilan regulasi emosi yang baik memungkinkan individu untuk menyesuaikan dan mengontrol emosi positif maupun negatif yang muncul.

Regulasi emosi merupakan proses yang bersifat kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai hal pengalaman hidup yang dimiliki individu. Salah satu faktor regulasi emosi yaitu, pola asuh orang tua. Pola asuh yang diterapkan sejak dini berperan penting dalam pembentukan regulasi emosi seseorang. Pola asuh merupakan bentuk interaksi orang tua dalam mendidik serta membentuk kepribadian anak. Orang tua memegang peran yang sangat penting sebagai pendidik pertama dan utama dalam mendampingi tumbuh kembang anak. Mereka bertanggung jawab sepenuhnya dalam mendukung tercapainya

perkembangan anak secara optimal. Namun, pada kenyataannya, tidak semua orang tua benar-benar memahami pentingnya setiap tahap perkembangan tersebut (Salwa, 2022).

Pola asuh orang tua dapat diekspresikan melalui berbagai bentuk, baik perilaku, ucapan, maupun komunikasi nonverbal. Pola asuh tersebut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap anak, mencakup aspek intelektual, potensi emosional, kepribadian, perkembangan sosial, serta aspek psikologis lainnya. Setiap orang tua tentu menginginkan anaknya tumbuh sesuai dengan harapan mereka. Namun, dalam pengasuhan orang tua kepada anak, tanpa disadari sering kali terjadi ketidaksesuaian antara harapan dan realitas. Situasi ini dapat memberikan dampak terhadap pembentukan kepribadian anak, baik positif maupun negatif. Cara orang tua memperlakukan anak dipengaruhi oleh sikap yang mereka miliki dan sebaliknya, perlakuan tersebut turut membentuk sikap serta perilaku ⁵⁵ anak terhadap orang tuanya. Apabila orang tua menunjukkan sikap yang positif, maka hubungan antara keduanya cenderung lebih harmonis dibandingkan ketika sikap yang ditunjukkan bersifat negatif (Wauran, Tiwa, & Narosaputra, 2021). Selain itu, Pola asuh di definisikan sebagai iklim emosional di mana praktik pengasuhan diekspresikan, mencakup perilaku yang berorientasi pada tujuan serta ekspresi emosional seperti gestur dan nada suara (González, Lafleur, & Masse, 2024)

Baumrind (1966), pola asuh pada dasarnya mencerminkan bentuk kontrol orang tua, yaitu bagaimana orang tua mengatur dan membimbing anak dalam kesehariannya. Pola asuh yang diterapkan orang tua berperan penting dalam

pembentukan kepribadian anak. Orang tua yang menerima kehadiran anak dengan penuh kasih sayang, memberikan pemahaman mengenai hal baik dan buruk dengan sabar, menanamkan disiplin dan tanggung jawab, serta menjalin komunikasi yang terbuka, akan membantu anak membentuk karakter yang matang. Hal ini mendorong berkembangnya kecerdasan emosional sehingga anak mampu mengontrol diri serta mengelola perasaannya dengan lebih baik

Pola asuh dikelompokkan dalam beberapa kategori, salah satunya adalah pola asuh permisif (*Permissive*), orang tua sangat responsif tapi minim kontrol. mereka jarang memberikan aturan atau batasan yang tegas, sehingga anak dibiarkan bebas mengambil keputusan sendiri. Anak-anak dari pola asuh ini cenderung kurang disiplin, sulit mengontrol diri, dan bisa mengalami masalah dalam mengikuti aturan sosial (Baumrind, 1966).⁴⁰ Dalam penelitian ini, pola asuh permisif menjadi fokus utama. Menurut Santrock (Aprilianarsih & Mil, 2023),⁵² pola asuh permisif ditandai dengan pemberian kebebasan yang luas dari orang tua kepada anak, termasuk dalam pengambilan keputusan mengenai tindakan yang dilakukan. Dalam pola asuh ini, orang tua umumnya jarang memberikan bimbingan atau penjelasan mengenai perilaku yang diharapkan.³ Komunikasi antara orang tua dan anak pun sangat minim, serta hampir tidak terdapat penerapan disiplin dalam proses pengasuhan. Sedangkan, menurut Nuryatmawati, Muthi, dan Fauziah (2020)⁹ Pola asuh permisif merupakan tipe pengasuhan di mana orang tua memiliki keterlibatan yang tinggi dalam kehidupan anak, namun hanya sedikit memberikan tuntutan atau kontrol terhadap perilaku anak tersebut.¹⁰³

Orang tua dengan pola asuh ini cenderung membiarkan anak bertindak sesuka hati tanpa batasan. Akibatnya, anak menjadi kurang terbiasa mengontrol perilakunya sendiri dan cenderung berharap semua keinginannya selalu dipenuhi. Selain itu, Kelekatan orang tua memiliki hubungan yang signifikan dengan kecerdasan sosial. ⁵semakin tinggi kelekatan dengan orang tua, semakin baik pula kecerdasan sosial yang dimiliki. Dalam pola asuh permisif, di mana batasan dan bimbingan sering kali longgar, anak bisa mengalami kesulitan dalam membangun kelekatan yang kuat, yang pada akhirnya dapat memengaruhi regulasi emosi dan hubungan interpersonal mereka di masa dewasa (Nurjanah & Heryadi, 2020). Ketika memasuki tahap ⁹⁹dewasa awal, individu yang tumbuh dengan pola asuh permisif mungkin mengalami kesulitan dalam meregulasi emosi dalam hubungan romantis. Mereka cenderung mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi, menghadapi konflik dengan pasangan, serta mengekspresikan perasaan secara tepat sesuai dengan situasi yang dihadapi. Kurangnya batasan dan kontrol dari orang tua sejak kecil dapat memengaruhi bagaimana individu mengelola emosi mereka dalam menjalin hubungan, terutama dalam membangun kedekatan emosional dengan pasangan. Oleh sebab itu, memahami pengaruh pola asuh permisif terhadap kemampuan regulasi emosi dalam menjalin hubungan romantis merupakan hal yang penting untuk diperhatikan. Khususnya pada individu di tahap dewasa awal yang sedang berupaya mencapai kestabilan emosional dan menjaga kualitas hubungan mereka.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada 7 Maret 2025, ditemukan bahwa dari mereka mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, terutama dalam situasi yang menekan. Kesulitan ini muncul dalam berbagai bentuk, mulai dari mudah terpancing emosi, kesulitan mengekspresikan perasaan, hingga kecenderungan menekan emosi yang dirasakan. Hal ini sejalan dengan penelitian dari (Damarys, 2024) *Pengaruh Pola Asuh Permisif, Peer Support, dan Religiusitas terhadap Regulasi Emosi Remaja Broken Home* melibatkan 248 responden berusia 15-21 tahun. Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa pola asuh permisif memiliki pengaruh yang signifikan terhadap regulasi emosi, yang ditunjukkan melalui koefisien regresi negatif. Ini menunjukkan bahwa semakin besar penerapan pola asuh permisif, maka semakin menurun kemampuan remaja dalam mengelola emosinya.

Dari total responden, 37% (92 responden) memiliki regulasi emosi rendah, sementara 63% (156 responden) memiliki regulasi emosi tinggi. Secara keseluruhan, pola asuh permisif, dukungan emosional dari teman sebaya, dan praktik keagamaan di ruang publik berkontribusi sebesar 48,1% terhadap regulasi emosi.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa pola asuh yang diterima sejak masa kanak-kanak, termasuk pola asuh permisif, memiliki potensi untuk memengaruhi kemampuan regulasi emosi seseorang. Maka dari itu, peneliti menyusun rumusan masalah yaitu, apakah terdapat hubungan antara pola asuh permisif dengan kemampuan individu dalam mengelola emosi di masa dewasa awal?

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara pola asuh permisif dengan regulasi emosi pada individu dewasa awal dalam konteks relasi romantis.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberi manfaat dari aspek teoritis maupun praktis, serta memberikan manfaat bagi individu dewasa awal maupun bagi peneliti sendiri melalui uraian berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini dapat menambah wawasan terkait dampak pola asuh permisif terhadap regulasi emosi pada dewasa awal.
- b. Hasil penelitian diharapkan bisa memperkaya literatur mengenai teori regulasi emosi dan pola asuh, serta memberikan perspektif baru dalam melihat dampak pola asuh terhadap aspek psikologis individu di masa dewasa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan mampu membantu orang tua menyadari dampak pola asuh permisif dalam membentuk regulasi emosi anak, agar bisa menerapkan pola asuh yang lebih tepat. Selain itu, penelitian ini juga memberi gambaran bagi dewasa awal tentang bagaimana pola asuh yang mereka terima dulu bisa memengaruhi cara

mereka mengelola emosi dalam hubungan, terutama hubungan romantis.

⁵⁹
b. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan kesempatan bagi peneliti untuk mengembangkan pemahaman dan keterampilan dalam melakukan penelitian di bidang psikologi, khususnya terkait hubungan antara pola asuh dan regulasi emosi dalam hubungan romantis. Penelitian ini juga berpotensi menjadi titik awal bagi kajian lanjutan yang hendak meneliti lebih jauh faktor-faktor lain yang berhubungan dengan regulasi emosi dalam hubungan romantis.

⁶⁶
c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian dapat dijadikan referensi untuk penelitian-penelitian berikutnya yang tertarik pada topik sejenis. Peneliti selanjutnya, dapat memperluas cakupan kajian ini dengan menambahkan variabel lain atau menggunakan pendekatan yang lebih mendalam guna memahami regulasi emosi dalam konteks hubungan romantis pada individu dewasa awal.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang pola asuh dan regulasi emosi pasti sudah banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya, namun umumnya dikaitkan dengan variabel yang berbeda-beda dan dalam konteks yang beragam. Namun, berdasarkan pemahaman peneliti, belum ditemukan penelitian yang secara

husus menghubungkan pola asuh permisif dengan regulasi emosi dalam menjalin hubungan romantis pada dewasa awal.

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Penulis	Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
Jenika Alfarina	2022	Pengaruh Pola Asuh Permisif dan Intensitas Penggunaan TikTok terhadap Regulasi Emosi pada Remaja	Sama-sama meneliti pola asuh permisif dan regulasi emosi	Topik: Menambahkan variabel intensitas penggunaan TikTok. Alat Ukur: Skala pola asuh dan regulasi emosi Teori: Baumrind (1991), Gross & Thompson (2014) Subjek: Remaja
Mirza	2023	Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter dengan Kemampuan Regulasi Emosi pada Remaja Awal	Sama-sama meneliti hubungan pola asuh dan regulasi emosi	Topik: Pola asuh otoriter, bukan permisif Alat Ukur: PAQ & skala regulasi emosi Teori: Baumrind (1991), Gross (2015) Subjek: Remaja awal
Aula	2023	Hubungan Pola Asuh Otoriter, Religiusitas dengan Regulasi Emosi pada Anak Sulung	Sama-sama pola asuh dan regulasi emosi	Topik: Pola asuh otoriter & religiusitas Alat Ukur: PAQ, ERQ, skala religiusitas Teori: Baumrind (1991), Gross (2002), Huber & Huber (2012) Subjek: Anak sulung usia 17–24 tahun
Setyowati & Fairuzindra	2023	Hubungan Pola Asuh Otoriter Ibu terhadap Intensitas Menyakiti Diri melalui Kesulitan Regulasi Emosi	Sama-sama meneliti pola asuh dan regulasi emosi	Topik: Pola asuh otoritatif, bukan permisif Alat Ukur: Skala regulasi emosi & pola asuh Teori: Baumrind, Gross Subjek: Anak usia dini
Adinda & Indrawati	2025	Hubungan Pola Asuh Otoritatif dengan Regulasi Emosi pada Anak Usia 6–7 Tahun	Sama-sama meneliti pola asuh dan regulasi emosi	Topik: Pola asuh otoritatif, bukan permisif Alat Ukur: Skala regulasi emosi & pola asuh

					Teori: Baumrind, Gross Subjek: Anak usia dini
Harun	2022	Keterkaitan Pola Asuh Demokratis dan Regulasi Emosi terhadap Perilaku Seksual Pranikah pada Mahasiswa	Sama-sama meneliti pola asuh dan regulasi emosi	Seksual	Topik: Pola asuh demokratis & perilaku seksual Alat Ukur: Skala pola asuh & regulasi emosi Teori: Baumrind (1997), Thompson (1994) Subjek: Mahasiswa
Damarys	2024	Pengaruh Pola Asuh Permisif, Dukungan Teman Sebaya dan Religiusitas terhadap	Sama-sama pola asuh permisif dan regulasi emosi		Topik: Tambahan variabel dukungan & religiusitas Alat Ukur: Skala pola asuh, religiusitas, regulasi emosi Teori: Baumrind (1991), Gross (1998) Subjek: Remaja broken home
Sanjaya & Josefanny	2021	Regulasi Emosi Cognitive Reappraisal Remaja Broken Home Ditinjau dari Pola Asuh Otoriter dan Kualitas Persahabatan	Sama-sama meneliti pola asuh dan regulasi emosi		Topik: Pola asuh otoriter & persahabatan Alat Ukur: Skala pola asuh & ERQ Teori: Gross & John (2003) Subjek:
Rania & Sundari	2023	Pengaruh Pola Asuh Otoritatif dan Regulasi Emosi terhadap Perilaku Asertif	Sama-sama meneliti pola asuh dan regulasi emosi		Topik: Pola asuh otoritatif & perilaku asertif Alat Ukur: Skala pola asuh & regulasi emosi Teori: Baumrind (1991), Gross (2014) Subjek: Siswa SMA
Aritonang & Soetjningsih	2024	Hubungan Pola Asuh Otoritatif dan Regulasi Emosi pada Remaja Akhir	Sama-sama meneliti pola asuh dan regulasi emosi		Topik: Pola asuh otoritatif Alat Ukur: Skala pola asuh & regulasi emosi Teori: Gross (2014) Subjek: Remaja akhir

1. Keaslian Topik

Penelitian ini mengangkat tema ⁹⁶ yang berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya, yaitu tentang kaitan antara gaya pengasuhan permisif dan kemampuan mengatur emosi dalam menjalani hubungan romantis pada masa dewasa awal. Berbeda dengan sebagian besar studi terdahulu yang lebih banyak membahas keterkaitan antara pola asuh secara umum dengan regulasi emosi, namun tidak secara spesifik mengaitkannya dalam konteks hubungan romantis. selain itu, beberapa penelitian juga menambahkan variabel lain seperti intensitas penggunaan media sosial, religiusitas, kualitas persahabatan, dan perilaku menyakiti diri, yang menjadikan fokusnya berbeda dengan penelitian ini. Jenis pola asuh yang diteliti pun beragam, seperti otoriter, otoritatif, dan demokratis, bukan permisif secara khusus seperti yang diteliti dalam ¹⁰ penelitian ini.

2. Keaslian Teori

Penelitian ini memakai landasan teori pola asuh dari baumrind (1966) untuk menjelaskan pola asuh permisif, dan teori regulasi emosi dari gross dan thompson (2007). ¹⁶ hal ini berbeda dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menggunakan teori dari gross (2014), gross & john (2003), gross (2002), gratz & roemer (2004), hingga thompson (1994). perbedaan dalam dasar teori ini menunjukkan bahwa ³⁹ penelitian ini menggunakan pendekatan yang berbeda untuk memahami hubungan antara pola asuh dan regulasi emosi dalam konteks hubungan romantis.

3. Keaslian ⁵⁰Alat Ukur

Instrumen yang dipakai dalam penelitian ini adalah *parental authority questionnaire* (PAQ) yang telah dimodifikasi berdasarkan Abu, Amran, dan Tazli (2021) untuk mengukur gaya pengasuhan permisif, serta ⁹¹skala regulasi emosi yang disusun berdasarkan teori gross dan thompson (2007) dan dimodifikasi dari penelitian puspitasari dan hidayat (2023). Perbedaan alat ukur ini cukup jelas jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya yang menggunakan ¹⁶*emotion regulation questionnaire* (ERQ) dari gross & john (2003), atau alat ukur lainnya yang tidak fokus pada konteks hubungan romantis.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Partisipan ⁷dalam penelitian ini adalah individu yang berada pada tahap dewasa awal, berusia 18–25 tahun, serta sedang menjalin hubungan romantis, berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menggunakan subjek remaja, siswa sma, anak sulung, anak usia dini, remaja broken home, atau mahasiswa umum tanpa mempertimbangkan status relasional, subjek dalam penelitian ini lebih spesifik dan relevan dengan konteks yang diteliti.

¹⁵Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian terdahulu, baik dari segi topik, landasan teori, instrumen yang digunakan, maupun subjek penelitian, sehingga tidak ditemukan kesamaan yang spesifik. ³Penelitian ini mengangkat hubungan antara pola asuh permisif dengan regulasi emosi dalam menjalin hubungan romantis pada dewasa awal, yang belum pernah

dikaji secara langsung dalam penelitian sebelumnya. Dengan demikian, penelitian³ berjudul “hubungan antara pola asuh permisif dengan regulasi emosi dalam menjalin³⁰ hubungan romantis pada dewasa awal” merupakan gagasan orisinal dari peneliti.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

⁶ BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Pada penelitian ini variabel yang digunakan dalam pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

1. Variabel Dependen : Regulasi Emosi
2. Variabel Independen : Pola Asuh Permisif

B. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan cara mengukur dan mengamati variabel dalam penelitian agar hasilnya objektif dan konsisten. Menurut Sugiono (2019) definisi operasional akan menunjukkan alat pengambilan data yang tepat dan menunjukkan bagaimana cara mengukur suatu variabel.

1. Regulasi Emosi

³⁰Regulasi emosi didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengatur, memahami, dan menyesuaikan reaksi emosinya agar sesuai dengan situasi yang sedang dihadapi. Kemampuan ini bisa terjadi secara sadar maupun tidak sadar, dan mencakup bagaimana seseorang memahami pesan dari orang lain, merasakan perubahan dalam tubuhnya saat emosi muncul, menghubungkan pikiran dengan perasaannya, serta bagaimana cara seseorang menunjukkan emosinya. Regulasi emosi juga membantu seseorang mengatur seberapa sering, sekuat apa, dan berapa lama emosi itu

dirasakan, sehingga seseorang bisa tetap tenang dan mengendalikan diri dalam situasi yang penuh tekanan, seperti saat merasa cemas, sedih, atau marah. Untuk mengukur regulasi emosi ⁶ pada penelitian ini menggunakan skala yang dimodifikasi dari Puspitasari dan Hidayat (2023) berdasarkan teori Gross dan Thompson (2007). Skala ini mencakup lima aspek ⁸ yaitu, *situation selection*, *situation modification*, *attentional deployment*, *cognitive change*, dan *response modulation*. Semakin tinggi skor yang diperoleh, semakin baik kemampuan regulasi emosi individu.

³ 2. Pola Asuh Permisif

Pola asuh permisif dalam penelitian ini didefinisikan sebagai cara orang tua mengasuh anak dengan memberikan kebebasan yang sangat luas, namun tanpa banyak aturan atau batasan yang jelas. ²⁸ Orang tua dengan pola asuh ini biasanya bersikap lembut, cenderung menghindari konflik, dan jarang memberi teguran atau disiplin yang tegas. Tumbuh dengan pola asuh seperti ini anak seringkali menjadi kurang bisa mengendalikan diri, tidak terbiasa dengan aturan, dan sulit menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial. Dalam jangka panjang, pola asuh ini bisa memengaruhi perkembangan emosi anak, seperti menjadi lebih mudah cemas atau sulit mengatur perasaannya. Dalam penelitian ini, pola asuh permisif diukur ⁷ menggunakan instrumen *Parental Authority Questionnaire (PAQ)* yang disusun oleh Buri (1991) dengan berlandaskan pada teori Baumrind (1966).. Skor diperoleh dari hasil pengisian skala yang terdiri dari pernyataan

favourable dan *unfavourable*, dengan rentang skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat pola asuh permisif yang lebih kuat.

C. ⁷⁵ Subjek Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah individu maupun kelompok yang menjadi pusat perhatian peneliti untuk dikumpulkan data, dianalisis, dan dijadikan dasar dalam menarik kesimpulan. Berdasarkan penjelasan dari Sugiyono (2019), populasi penelitian mencakup seluruh subjek yang menjadi sasaran untuk digeneralisasi dari hasil penelitian. Sebuah populasi perlu memiliki karakteristik tertentu yang membedakannya dari kelompok lainnya. ³⁶ pada penelitian ini, subjek yang dipilih adalah individu dewasa awal dengan rentang usia 18–25 tahun. Baik pria maupun wanita, yang sedang menjalani hubungan romantis. Metode ³¹ pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yakni teknik pemilihan sampel berdasarkan kriteria atau pertimbangan tertentu. dengan demikian, kriteria subjek dalam penelitian ini ditetapkan sebagai berikut: ¹⁴

1. Perempuan dan laki-laki
2. Berusia 18-25 tahun
3. Sedang menjalin hubungan romantis

¹⁰ D. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi sebagai instrumen untuk mengukur atribut non-kognitif (Azwar, 21). Penelitian

ini menggunakan skala berbentuk kuesioner berisi pertanyaan-pertanyaan yang disusun dalam *Google Form* dan diberikan kepada subjek penelitian. Penelitian ini memanfaatkan skala likert sebagai alat ukur, yang berisi dua jenis pernyataan, yaitu *favourable* (mendukung subjek) dan *unfavourable* (tidak mendukung subjek). Skala tersebut menawarkan lima pilihan jawaban, yaitu sangat sesuai (ss), sesuai (s), netral (n), tidak sesuai (ts), dan sangat tidak sesuai (sts). pada item *favourable*, skor diberikan mulai dari 4 (ss) hingga 0 (sts), sedangkan pada butir *unfavourable* penilaian dibalik, yaitu dari 0 (ss) hingga 4 (sts)

Tabel 3.1 Skala Likert

Kategori	Skor Favourable (F)	Skor Unfavourable (UF)
Sangat Sesuai (SS)	4	0
Sesuai (S)	3	1
Netral (N)	2	2
Tidak Sesuai (TS)	1	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	0	4

Pada penelitian ini digunakan instrumen skala Regulasi Emosi dan *Parental Authority Questionnaire* (PAQ). Skala Regulasi Emosi dimodifikasi dari Puspitasari dan Hidayat (2023) berdasarkan teori Gross dan Thompson (2007), yang mencakup lima aspek, yakni *situation selection*, *situation modification*, *attentional deployment*, *cognitive change*, serta *response modulation*. Modifikasi yang dilakukan bertujuan untuk menyesuaikan aitem dengan subjek dewasa awal yang menjalin hubungan romantis karena pada skala sebelumnya subjek yang digunakan adalah orang tua.

⁸**Tabel 3.2** *Blueprint* Skala Regulasi Emosi

Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
<i>Situation selection</i>	1,2,	3,4,5,6	6
<i>Situation modification</i>	7,8,9,	10,11,12	6
<i>Attentional deployment</i>	13,14,15	16,17,18	6
<i>Cognitive change</i>	19	20,21,22,23	5
<i>Response modulation</i>	24,25,36	27,28,29,30	7
	Total		30

⁹**Tabel 3.3** *Blueprint* Skala Pola Asuh Permisif

Jenis-jenis	Nomor Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Permisif	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10		10
	Total		10

Instrumen pola asuh permisif ⁶³ dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari skala yang disusun oleh Buri (1991) dengan landasan teori Baumrind. Dari keseluruhan skala, penelitian ini berfokus pada subskala pola asuh permisif, disesuaikan dengan variabel yang menjadi objek kajian. Modifikasi yang dilakukan mengacu pada penelitian Abu, Amran, dan Tazli (2021), yang menggunakan dua dimensi utama, yaitu *relatedness* dan *self*. Penyesuaian dalam penelitian ini dilakukan untuk menyesuaikan aitem dengan subjek dewasa awal yang sedang menjalin hubungan atau berpacaran, karena pada skala sebelumnya ³ subjek yang digunakan adalah orang tua.

²⁰**E. Metode Analisis Data**

Pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan dengan memanfaatkan program spss 25.0 for Windows. Tahapan analisis data penelitian ini dilakukan ²⁴ melalui beberapa langkah, antara lain sebagai berikut:

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data pada sampel memiliki distribusi normal atau tidak. pada penelitian ini, pengujian menggunakan metode *kolmogorov-smirnov* melalui program *spss 25 for windows*. data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, sedangkan jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal (sugiyono, 2019).

b. Uji Linearitas

Uji linearitas pada penelitian ini dilakukan menggunakan metode *test for linearity* melalui program *spss 25 for windows*. tujuan dari uji ini adalah untuk melihat apakah kedua variabel memiliki hubungan yang linear. jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka hubungan antar variabel dinyatakan linear. sebaliknya, apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka hubungan antar variabel dianggap tidak linear (sugiyono, 2019).

2. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilaksanakan setelah seluruh uji asumsi terhadap variabel pola asuh permisif (X) dan regulasi emosi (Y) diselesaikan. Metode yang dipakai untuk menganalisis hipotesis adalah korelasi *pearson product moment*, dengan catatan apabila data tidak memenuhi asumsi normalitas, maka digunakan alternatif analisis korelasi *spearman rank*.

F. Kredibilitas

Pada penelitian ini, kredibilitas data diuji melalui uji validitas dan uji reliabilitas. Pengujian ini bertujuan untuk memastikan bahwa setiap item pernyataan dalam skala yang digunakan layak serta mampu menghasilkan data penelitian yang berkualitas.

1. Uji Validitas

Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan validitas isi, yaitu melalui penilaian yang diberikan oleh para ahli di bidang terkait untuk menilai sejauh mana item dalam instrumen penelitian sesuai dan layak digunakan. Menurut Azwar (2021), validitas isi dapat ditentukan melalui penilaian subjektif dari sejumlah ahli. Selanjutnya, analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik statistik Aiken's V. Perhitungan koefisien Aiken's V didasarkan pada penilaian para ahli terhadap setiap butir, dengan tujuan menilai sejauh mana butir tersebut mampu merepresentasikan konstruk yang diukur. Suatu item dianggap valid apabila nilai Aiken's v > 0,8, di mana semakin tinggi nilai Aiken's v, maka semakin baik validitas item tersebut. Berikut rumus untuk Aiken's v.

$$V = \frac{\text{Jumlah } s}{n(c-1)}$$

Keterangan:

S = r - lo

lo = Skor penilaian validitas terendah

c = Skor penilaian validitas tertinggi

r = Nilai yang diberikan oleh seorang ahli

2. Uji Reliability

Reliabilitas berkaitan dengan konsistensi suatu alat ukur dalam menghasilkan data yang stabil serta dapat dipercaya. Apabila alat ukur mampu memberikan hasil yang konsisten dan akurat pada berbagai pengukuran, maka data dianggap reliabel. Pada penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan menggunakan teknik cronbach's alpha. menurut azwar (2021), nilai cronbach's alpha berada pada kisaran 0,00–1,00, di mana semakin dekat dengan angka 1,00 menandakan tingkat reliabilitas yang semakin tinggi.

G. Rancangan Penelitian

1. Desain Penelitian

Penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan metode korelasional, untuk menelusuri apakah terdapat keterkaitan pola asuh permisif yang diterima individu dan kemampuannya dalam mengelola emosi.

2. Prosedur Penelitian

Prosedur pada penelitian ini terdapat empat tahapan yaitu:

a. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, peneliti mengidentifikasi permasalahan, mencari referensi, serta menentukan judul melalui konsultasi dengan dosen hingga memperoleh judul yang sesuai. selain itu, peneliti juga menentukan subjek penelitian. selanjutnya, dilakukan pencarian

berbagai jurnal dan teori yang relevan, serta skala untuk digunakan dalam mengukur pola asuh permisif dan regulasi emosi.

b. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, peneliti menguji instrumen penelitian pada subjek dewasa awal sesuai kriteria yang sudah ditentukan untuk mengevaluasi validitas dan reliabilitas skala yang digunakan. Setelah itu, peneliti mengumpulkan data dengan mendistribusikan kuesioner yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya melalui *Google Form* guna mempermudah proses pengambilan data.

c. Tahap Pengolahan Data

Di tahap ini, peneliti mulai melakukan proses pengolahan data secara statistik menggunakan SPSS 25 berdasarkan hasil kuesioner yang telah dikumpulkan sebelumnya. Setelah itu, peneliti akan menganalisis data yang diperoleh dan mulai menyusun pembahasan sesuai dengan hasil analisis tersebut. Dari pembahasan tersebut, peneliti akan menarik kesimpulan mengenai apakah ada keterkaitan antara gaya pengasuhan permisif dengan kemampuan individu dalam mengelola emosi.

d. Tahap Evaluasi

Setelah menganalisis data, peneliti menyusun laporan penelitian yang harus disajikan secara sistematis dan jelas. Selanjutnya, menarik kesimpulan serta memberikan saran sesuai penelitian yang telah dilakukan.

⁶ BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancah dan Persiapan

1. Orientasi Kancah

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meneliti keterkaitan antara pola asuh permisif dengan regulasi emosi. Dalam menjalin hubungan romantis pada individu dewasa awal, ⁸⁹Proses pengumpulan data dilakukan secara daring melalui media sosial dengan menyebarkan tautan *Google Form* pada beberapa platform, antara lain WhatsApp, Instagram, Facebook, dan TikTok. Penelitian ini mencakup responden dari berbagai wilayah di Indonesia, pola asuh permisif dan kemampuan regulasi emosi dalam hubungan romantis merupakan fenomena yang luas dan dapat ditemukan di seluruh daerah serta budaya. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan dengan mencakup nasional untuk menangkap variasi latar belakang pola asuh dan karakteristik emosi yang beragam pada masa dewasa awal di Indonesia. Pola pengasuhan yang diterima individu sejak kecil diyakini memiliki pengaruh terhadap bagaimana mereka membentuk dan mengelola hubungan tersebut ¹²di masa dewasa.

Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian ini dengan cakupan nasional agar dapat menangkap berbagai latar belakang pola asuh dan karakteristik emosi yang beragam di kalangan dewasa awal. Penelitian ini melibatkan partisipan perempuan dan laki-laki berusia 18–25 tahun yang

sedang menjalin hubungan romantis pada dewasa awal. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 16 juni hingga 25 juni 2025 melalui *Google Form* yang mencakup pernyataan kesediaan, identitas responden, skala pola asuh permisif, serta skala regulasi emosi dalam konteks hubungan romantis. Strategi penyebaran secara online dipilih agar dapat memperluas jangkauan responden dan meningkatkan representasi dari berbagai daerah, sehingga hasil yang didapat mampu menyajikan ilustrasi yang lebih jelas mengenai keterkaitan pola asuh permisif dengan kemampuan regulasi emosi dalam menjalin hubungan romantis pada masa dewasa awal.

2. Persiapan Penelitian

a. Persiapan Administrasi

Subjek dalam penelitian ini terdiri dari laki-laki dan perempuan berusia 18–25 tahun yang sedang menjalin hubungan romantis. kriteria ini berbeda dengan penelitian terdahulu yang menggunakan remaja, sehingga fokus studi ini lebih spesifik pada fase dewasa awal. Penelitian ini tidak membutuhkan surat izin dari instansi terkait, sebab pengumpulan data dilakukan secara daring melalui penyebaran kuesioner menggunakan *Google Form* kepada partisipan. Pada bagian awal kuesioner sebelum subjek penelitian mengisi skala, peneliti mencantumkan pernyataan persetujuan sebagai tanda kesediaan responden untuk berpartisipasi dalam penelitian.

6. b. Persiapan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan instrumen pengukuran berupa skala untuk mengumpulkan data, yang meliputi dua skala utama, yaitu skala gaya pengasuhan permisif dan skala pengaturan emosi.

1) Skala Regulasi Emosi

Instrumen regulasi emosi dalam penelitian ini merupakan skala yang dimodifikasi dari alat ukur yang dikembangkan oleh Puspitasari dan Hidayat (2020) berdasarkan teori Gross dan Thompson (2007). Skala ini terdiri atas 30 butir pernyataan, dengan 12 butir bersifat favourable dan 18 butir unfavourable. Penilaian menggunakan skala Likert 5 poin dengan rentang skor 0–4, yakni Sangat Tidak Sesuai (STS) bernilai 0, Tidak Sesuai (TS) bernilai 1, Netral (N) bernilai 2, Sesuai (S) bernilai 3, dan Sangat Sesuai (SS) bernilai 4. Proses validasi dilakukan melalui penilaian lima ahli (*expert judgment*) dengan analisis Aiken's V dimana aitem yang dinyatakan valid jika aitem berada di 0,8. Seluruh aitem pada skala ini dinyatakan valid tanpa adanya aitem yang gugur dengan nilai 0,8 hingga 0,95.

Tabel 4.1 *Blueprint* Regulasi Emosi Setelah Uji Validitas Aiken's V

Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
<i>Situation selection</i>	1,2,	3,4,5,6	6
<i>Situation modification</i>	7,8,9	10,11,12	6
<i>Attentional deployment</i>	13,14,15	16,17,18	6
<i>Cognitive change</i>	19	20,21,22,23	5
<i>Response modulation</i>	24,25,26	27,28,29,30	7

Total

30

2) Skala Pola Asuh Permisif

Alat ukur **Pola Asuh Permisif ini**, peneliti memodifikasi dari penelitian Abu, Amran, dan Tazli (2021) yang berdasarkan teori Baumrind. Penelitian ini hanya menggunakan subskala pola asuh permisif karena sesuai dengan fokus variabel yang diteliti. Skala *Parental Authority Questionnaire* (PAQ subskala pola asuh permisif terdiri dari 10 butir pernyataan yang seluruhnya bersifat favorable. Sistem penilaian jawaban pada skala ini menggunakan skala **Sangat Tidak Sesuai (STS)** memiliki skor 0, Tidak Sesuai (TS) memiliki skor 1, Netral (N) memiliki skor 2, Sesuai (S) memiliki skor 3, dan Sangat Sesuai (SS) memiliki skor 4. Pada modifikasi skala ini, peneliti melakukan uji validitas kepada 5 ahli atau *expert* dan melakukan analisis menggunakan Aiken's V, dimana aitem dinyatakan valid jika aitem berada di 0,8. Pada skala ini seluruh aitem menyatakan valid tanpa adanya aitem yang gugur dengan nilai 0,8 hingga 0,9.

Tabel 4.2 Pola Asuh Permisif Setelah Uji Validitas Aiken's V

Jenis-jenis	Nomor Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Permisif	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10		10
	Total		10

c. ²² **Uji Coba Alat Ukur Penelitian**

Sebelum penelitian utama dilaksanakan, peneliti melakukan uji coba instrumen (try out) terlebih dahulu. Uji coba ini bertujuan untuk ⁴³ memastikan bahwa alat ukur yang digunakan memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang memadai, sehingga layak digunakan pada tahap penelitian selanjutnya. Pelaksanaan ²⁷ uji coba alat ukur dilakukan pada tanggal 7 hingga 11 juni 2025. Instrumen yang diuji coba diberikan kepada 40 responden yang memenuhi kriteria penelitian. Menurut Sugiyono (2019), jumlah sampel yang dinilai memadai dalam sebuah penelitian berada pada kisaran 30 hingga 500 partisipan. Pada penelitian ini, ¹⁰¹ kuesioner disebarakan secara daring menggunakan *Google Form*. Selanjutnya, peneliti menghitung validitas serta reliabilitas instrumen ⁵⁷ dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 25 untuk Windows.

d. ⁸¹ **Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala**

Data responden yang telah didapatkan dengan uji reliabilitas untuk mengetahui konsistensi dan kelayakan pada tiap-tiap aitem yang akan digunakan (Azwar, 2021). Berikut hasil analisis yang ⁹⁵ didapatkan dari uji coba yang telah dilakukan:

1) **Skala Regulasi Emosi**

Berdasarkan analisis uji coba pada skala regulasi emosi, dari total 30 butir pernyataan ditemukan 17 butir yang tidak memenuhi kriteria, sedangkan 13 butir lainnya dinyatakan valid. Berdasarkan signifikansi 0,05 dan jumlah responden sebanyak 40 orang. Item

³⁹ yang memiliki koefisien validitas di bawah 0,3 meliputi nomor 3, 4, 5, 6, 10, 11, 16, 17, 18, 21, 22, 23, 24, 27, 28, 29, dan 30. Sementara itu, korelasi item-total untuk butir yang dinyatakan valid berada pada rentang 0,319 sampai 0,907

Nilai reliabilitas skala regulasi emosi sebelum pengguguran aitem (putaran pertama) adalah sebesar 0,917. Setelah dilakukan pengguguran terhadap 17 aitem tidak valid, uji reliabilitas dilakukan kembali hingga 4 kali putaran. Pada putaran ke empat, skala terdiri dari 13 aitem dengan ⁶⁷ nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,949, maka dapat disimpulkan bahwa aitem-aitem dalam skala regulasi emosi dapat dinyatakan reliabel.

¹ **Tabel 4.3** *Blueprint* Regulasi Emosi Setelah Uji Coba

Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
<i>Situation selection</i>	1,2	-	2
<i>Situation modification</i>	7,8,9	12	4
<i>Attentional deployment</i>	13,14,15	-	3
<i>Cognitive change</i>	19	20	2
<i>Response modulation</i>	25,26	-	2
	Total		13

2) ⁵³ Skala Pola Asuh Permisif

Hasil pengujian skala pola asuh permisif memperlihatkan bahwa semua butir yang diuji memiliki validitas dan reliabilitas yang baik. Skala ini terdiri dari 10 aitem yang mengukur gaya pengasuhan permisif, seluruh aitem dinyatakan valid. Berdasarkan signifikansi 0,05 dan jumlah responden sebanyak 40 orang, semua

aitem memiliki nilai koefisien validitas di atas nilai tersebut, dengan korelasi item-total bergerak dari 0,527 hingga 0,917.

Reliabilitas skala pola asuh permisif diuji dalam satu kali analisis dan seluruh item dinyatakan lolos. Hasil perhitungan menunjukkan koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,929, sehingga skala ini dapat dianggap memiliki reliabilitas yang tinggi.

Tabel 4.5 *Blueprint* Pola Asuh Permisif Setelah Uji Coba

Jenis-jenis	Nomor Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Permisif	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10		10
	Total		10

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Pengumpulan data oleh peneliti dilaksanakan pada tanggal 16 hingga 25 Juni 2025 dengan cara mendistribusikan kuesioner secara online melalui Google Form kepada responden yang sesuai dengan kriteria. Formulir berisi informasi penelitian, *informed consent* mengenai kerahasiaan dan partisipasi sukarela, identitas responden, petunjuk pengisian, serta skala psikologi berupa regulasi emosi dan pola asuh permisif yang telah melalui uji coba. Link kuesioner dibagikan peneliti lewat media sosial, seperti WhatsApp, Instagram. Peneliti bermaksud mendistribusikan tautan Google Form melalui berbagai media sosial dengan tujuan memperoleh data subjek yang lebih luas dan merata. tragram, Facebook, Twitter, Telegram dan Instagram.. Subjek yang dapat mengisi link tersebut adalah subjek laki-laki dan Perempuan yang berusia 18 – 25 tahun yang sedang menjalani hubungan romantis. Dalam proses pengambilan data, peneliti secara aktif membagikan tautan Google Form

melalui berbagai media sosial setiap hari serta memantau jumlah responden yang telah mengisi kuesioner untuk memastikan tercapainya target partisipan. Dari total 200 responden yang terkumpul, terdapat sejumlah data outlier atau data yang bermasalah, dengan demikian, jumlah responden yang dapat dianalisis dalam penelitian ini menyusut menjadi 189 orang.

3 C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil pengumpulan data melalui skala yang disebarakan secara daring menggunakan *google form*, terdapat 189 partisipan yang memenuhi kriteria penelitian dan bersedia mengisi kuesioner. Deskripsi subjek penelitian ini berguna untuk memberikan gambaran mengenai pusat data, distribusi, serta penyajian informasi melalui visualisasi. Adapun karakteristik responden penelitian ditampilkan pada tabel berikut:

Tabel 4.6 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	N	Persentase
18-20	30	15,9%
21-25	159	84,1%
Total	189	100%

Pada tabel 4.6, diperoleh informasi mengenai usia responden yang sesuai dengan kriteria penelitian. Responden pada penelitian ini termasuk dalam kategori usia dewasa awal, yakni antara 18 hingga 25 tahun, sebagaimana telah ditentukan dan disesuaikan oleh peneliti sebelumnya. Tabel tersebut menunjukkan bahwa responden dengan usia 18 hingga 20 tahun berjumlah 30 orang dengan persentase sebesar 15,9%. Sementara itu,

responden dengan usia 21 hingga 25 tahun mendominasi jumlah partisipan, sebanyak 159 orang termasuk dalam kategori ini dengan persentase 84,1%.

Tabel 4.7 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Persentase
Laki-Laki	36	19,0%
Perempuan	153	80,9%
Total	189	100%

Pada Tabel 4.7, bisa dilihat sebaran responden menurut jenis kelamin menunjukkan bahwa terdapat 36 orang laki-laki yang berpartisipasi dalam penelitian ini, dengan persentase sebesar 19,0%. Sementara itu, responden berjenis kelamin perempuan mendominasi jumlah partisipan, yaitu sebanyak 153 orang dengan persentase sebesar 80,9%. Persentase tersebut terkait dengan hasil penelitian oleh Alam, Hasan, dan Fitriani (2020), yang mengungkapkan bahwa pola asuh permisif cenderung lebih banyak diberikan kepada anak perempuan dibandingkan dengan anak laki-laki, di mana anak perempuan lebih sering diberikan kebebasan untuk mengekspresikan emosi dibandingkan anak laki-laki.

Tabel 4.8 Deskripsi Subjek Berdasarkan Wilayah

Provinsi	N	Persentase
Bali	4	1,59%
Bangka Belitung	1	0,53%
Banten	14	7,41%
Bengkulu	1	0,53%
Daerah Istimewa Yogyakarta	10	5,29%
DKI Jakarta	19	6,88%
Jambi	1	0,53%
Jawa Barat	38	20,1%
Jawa Tengah	19	11,11%
Jawa Timur	14	6,35%

Kalimantan Barat	4	2,12%
Kalimantan Selatan	3	1,59%
Kalimantan Timur	1	0,53%
Kepulauan Riau	2	1,6%
Lampung	4	2,12%
Nusa Tenggara Barat	37	19,5%
Papua	2	1,6%
Riau	3	1,6%
Sulawesi Selatan	6	2,6%
Sulawesi Tengah	2	1,6%
Sulawesi Tenggara	1	0,53%
Sumatera Barat	1	0,53%
Sumatera Utara	2	1,6%
Total	189	100%

Sebagaimana ditampilkan pada Tabel 4.8, distribusi responden berdasarkan provinsi memperlihatkan bahwa Kalimantan Barat dan Lampung memiliki jumlah yang sama, yakni 4 responden (2,12%). Adapun dari Kepulauan Riau, Papua, Riau, serta Sulawesi Tengah masing-masing terdapat 2 responden dengan persentase 1,6%. Sementara itu, responden dari Kalimantan Selatan dan Bali masing-masing berjumlah 3 orang dengan presentase 1,59%.

Adapun provinsi dengan jumlah responden paling sedikit, yakni 1 orang atau 0,53%, berasal dari ⁶⁸ Bangka Belitung, Bengkulu, Jambi, Kalimantan Timur, Sulawesi Tenggara, dan Sumatera Barat. Responden dari Sulawesi Selatan berjumlah 5 orang dengan presentase 2,6%.

Selanjutnya, responden yang berasal dari Daerah Istimewa Yogyakarta tercatat sebanyak 10 orang atau 5,29%, sedangkan responden dari DKI Jakarta berjumlah 13 orang atau 6,88%. Jawa Timur sebanyak 12 orang dengan presentase 6,35%, dan Banten sebanyak 14 orang dengan presentase sebesar 7,41%. Responden dari Jawa Tengah berjumlah 21 orang

dengan presentase 11,11%, sedangkan dari Nusa Tenggara Barat 37 orang dengan presentase sebesar 19,5%. Selain itu, sebanyak 38 responden atau 20,1% berasal dari Jawa Barat.

2. Deskripsi Data Penelitian

Mengacu pada data yang didapatkan, peneliti kemudian melakukan perhitungan untuk menentukan nilai hipotetik dan nilai empirik. nilai hipotetik diperoleh dari hasil nilai mean dan standar deviasi sejumlah aitem penelitian, sedangkan nilai empirik diperoleh dari data asli sampel penelitian.

Tabel 4.9 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Xmin	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD
Pola Asuh Permisif	10	40	25	5	10	29	19,7	4,39
Regulasi Emosi	13	52	32,5	6.5	19	42	31,74	4,54

2. Keterangan:

Skor Hipotetik diperoleh dari skala

Skor Empirik diperoleh dari hasil data penelitian

mengacu pada tabel 4.9, dapat dilihat bahwa variabel pola asuh permisif memiliki rata-rata skor hipotetik sebesar 25 dengan standar deviasi 5. sedangkan pada hasil perolehan empirik, skor rata-ratanya tercatat sebesar 19,7 dengan standar deviasi sebesar 4,39. Selanjutnya, pada skala regulasi emosi memperoleh skor mean hipotetik sebesar 32.5 dengan

standar deviasi sebesar 6,5, serta memperoleh skor mean empirik sebesar 31.74 dengan standar deviasi sebesar 4,54.

Hasil deskripsi data berfungsi sebagai acuan bagi peneliti dalam melakukan kategorisasi skor responden pada setiap variabel penelitian. Kategorisasi menurut Azwar (2021) merupakan suatu metode untuk mengklasifikasikan data penelitian ke dalam kelompok-kelompok tertentu berdasarkan skor yang diperoleh. Proses kategorisasi dilakukan dengan tujuan mengetahui distribusi data penelitian, apakah cenderung berada pada kategori rendah, sedang, atau tinggi. langkah ini ditetapkan dengan menggunakan perhitungan norma melalui rumus berikut:

Tabel 4.10 Rumus Norma Kategorisasi

No	Kategori	Rumus Norma
1	Sangat Tinggi	$X > M + 1,8 \text{ SD}$
2	Tinggi	$M + 0,6 \text{ SD} < X \leq M + 1,8 \text{ SD}$
3	Sedang	$M - 0,6 \text{ SD} < X \leq M + 0,6 \text{ SD}$
4	Rendah	$M - 1,8 \text{ SD} < X \leq M - 0,6 \text{ SD}$
5	Sangat Rendah	$X \leq M - 1,8 \text{ SD}$

Keterangan:

X : Skor Total

M : Mean

SD : Standar Deviasi

Berdasarkan rumus norma kategorisasi ditetapkan, peneliti mengelompokkan seluruh responden ke dalam tiga tingkatan yang ditentukan. Sehingga diperoleh hasil pengelompokkan sebagai berikut:

Tabel 4.11 Kriteria Kategorisasi Tiap Variabel

Kategorisasi	Pola Asuh Permisif	Regulasi Emosi
Sangat Tinggi	$X > 34$	$X > 47,6$
Tinggi	$28 < X \leq 34$	$39,2 < X \leq 47,6$
Sedang	$22 < X \leq 28$	$30,8 < X \leq 39,2$
Rendah	$16 < X \leq 22$	$22,4 < X \leq 30,8$
Sangat Rendah	$X \leq 16$	$X \leq 22,4$

⁴
Tabel 4.12 Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel

Kategorisasi	Pola Asuh Permisif		Regulasi Emosi	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
³⁷ Sangat Tinggi	0	0%	0	0%
Tinggi	4	2.12%	7	7,41%
Sedang	44	23.28%	111	62,43%
Rendah	106	56.08%	65	28,57%
Sangat Rendah	34	17.99%	5	1,06%
Total	189	100%	189	100%

⁷⁶ Dari Tabel 4.12 di atas, terlihat bahwa mayoritas responden dalam variabel pola pengasuhan permisif termasuk dalam kategori rendah, dengan jumlah 106 orang atau sekitar 56,08%. Kategori Sedang terdapat pada 44 responden (23,28%), sedangkan kategori Tinggi terdapat pada 4 responden (2,12%). Pada variabel regulasi emosi, kebanyakan responden termasuk dalam kategori Sedang, yaitu sebanyak 118 orang atau sekitar 62,43%. Kategori rendah ditemukan pada 54 responden (28,57%) dan kategori Tinggi ditemukan pada 14 responden (7,41%).

3. Uji Asumsi

Sebagai langkah awal sebelum pengujian hipotesis, peneliti melaksanakan ³⁴ uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas, dengan analisis dilakukan menggunakan program SPSS versi 25 for Windows. Hasil uji normalitas ditampilkan pada bagian berikut:

³² a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menentukan apakah data penelitian berdistribusi secara normal. Pengujian ini menggunakan SPSS versi 25 untuk Windows dengan metode *Kolmogorov-Smirnov*

Test. Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka data dianggap mengikuti distribusi normal (Azwar, 2021).

Tabel 4.13 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig.	Interpretasi
Pola Asuh Permisif	,081	Normal
Regulasi Emosi	,054	Normal

Hasil uji normalitas pada tabel 4.13 menunjukkan bahwa data pada skala pola asuh permisif memiliki nilai signifikansi 0,081. Karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data pola asuh permisif berdistribusi normal. Selanjutnya, distribusi data pada skala regulasi emosi menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,054. Nilai ini juga lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data regulasi emosi dalam penelitian ini berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linier antara variabel pola asuh permisif dengan regulasi emosi. Pengujian dilakukan menggunakan program SPSS versi 25, dan hasilnya menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan linier apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 (Azwar, 2021).

Tabel 4.14 Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	P	Interpretasi
Pola Asuh Permisif Regulasi Emosi	1,563	0,075	Linear

Pada tabel 4.14 hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara pola asuh permisif dan regulasi emosi memiliki nilai *deviation from linearity* dengan signifikansi sebesar 0,075. Karena

nilai ini lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat linear.

4. Uji Hipotesis

Setelah seluruh uji asumsi terpenuhi, proses pengujian hipotesis dilanjutkan. hasil uji menunjukkan bahwa data telah memenuhi syarat normalitas dan linearitas. dengan demikian, analisis hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji korelasi pearson untuk melihat hubungan antara variabel pola asuh permisif (X) dan regulasi emosi (Y)

Tabel 4.15 Hasil Uji Hipotesis Product Moment

Variabel Bebas	Variabel Tergantung	Koefisien Korelasi (Pearson)	Koefisien Sig. (p)
Pola Asuh Permisif	Regulasi Emosi	0,833	0,000

Hasil uji hipotesis menggunakan Product Moment Pearson yang telah dilakukan pada tabel 4.15 diatas menggunakan SPSS versi 25, hasil analisis menunjukkan bahwa pola asuh permisif memiliki hubungan positif dengan regulasi emosi, dengan nilai koefisien korelasi pearson sebesar 0,833 serta tingkat signifikansi $p=0,000$ ($p<0,05$). Interpretasi hasil penelitian mengacu pada pedoman penafsiran koefisien korelasi dari Sugiyono (2019). Pedoman tersebut membagi tingkat koefisien korelasi menjadi lima kategori, yaitu:

Tabel 4.16 ¹⁹ Kriteria Koefisien Korelasi

Intervensi Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 - 0,19	Sangat Rendah
0,20 - 0,39	Rendah
0,40 - 0,59	Sedang
0,60 - 0,79	Kuat
0,80 - 1,00	Sangat Kuat

Pada tabel 16 terlihat bahwa nilai koefisien korelasi ⁶¹ sebesar 0,833, yang masuk dalam kategori sangat kuat dengan arah hubungan positif.. Dengan demikian, analisis selanjutnya dilakukan menggunakan uji determinasi. Adapun hasil uji determinasi ditunjukkan pada bagian ⁵⁸ berikut:

Tabel 4.17 Hasil Uji Koefisien Determinasi

Variabel	Nilai Korelasi (r)	Nilai R Square	R	Keterangan
Pola Asuh Regulasi Permisif Emosi	0,833	0,693	69,3%	

Merujuk pada ¹⁵ nilai R square pada tabel 4.17, diperoleh koefisien determinasi sebesar 69,3. yang artinya pola asuh permisif memberikan sumbangan terhadap regulasi emosi sebesar 69,3%. Namun, ⁹² nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,833. Koefisien korelasi memiliki dua arti, yaitu menunjukkan seberapa kuat hubungan antara dua variabel dengan nilai yang berkisar antara 0 hingga 1, ⁶ serta menunjukkan arah hubungan tersebut melalui tanda positif atau negatif.

⁶ Koefisien korelasi positif menunjukkan bahwa variabel X dan Y memiliki hubungan linier yang searah, artinya ketika nilai X meningkat, nilai Y juga cenderung meningkat. Sebaliknya, koefisien korelasi negatif menunjukkan hubungan linier yang berlawanan arah antara X dan Y,

dimana penurunan nilai ⁷² X biasanya diikuti oleh kenaikan nilai Y, dan sebaliknya (Azwar, 2021). Namun berdasarkan hasil analisis, Hasil ini bertentangan dengan hipotesis awal peneliti ²³ yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara pola asuh permisif dan regulasi emosi. ¹⁰² Oleh karena itu, hipotesis pada penelitian ini **diterima** tetapi dengan arah hubungan berbeda yaitu yang positif bukan negatif, atau ³⁵ hipotesis alternatif (H_a) ditolak dan hipotesis nol (H_0) diterima, karena arah hubungan yang ditemukan tidak sesuai dengan dugaan awal.

5. Uji Daya Beda

Pada penelitian ini, peneliti melakukan uji daya beda sebagai analisis tambahan. Uji tersebut bertujuan untuk melihat adanya perbedaan skor pola asuh permisif dan regulasi emosi berdasarkan karakteristik tertentu dari responden. Analisis dilakukan dengan ⁴² menggunakan independent sample t-test, yang berfungsi untuk menguji perbedaan rata-rata antara dua kelompok independen. Analisis *independent sample t-test* dilakukan untuk menguji perbedaan pola asuh permisif dan regulasi emosi Berdasarkan kategori ³⁷ jenis kelamin responden (laki-laki dan perempuan) serta perbedaan rentang usia responden (18–20 tahun dan 21–25 tahun). Apabila nilai *Significance* (2-tailed) ⁴⁵ $< 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara dua kelompok tersebut (Sugiyono, 2019). Selain itu, peneliti melakukan uji analisis tambahan terkait wilayah. Uji ini memakai metode *One-Way Anova* untuk membandingkan nilai rata-rata dari tiga kelompok atau lebih guna

menentukan apakah terdapat perbedaan yang bermakna di antara kelompok-kelompok tersebut.

a. Uji Regulasi Emosi

Peneliti melakukan uji beda regulasi emosi berdasarkan jenis kelamin guna mengidentifikasi perbedaan regulasi emosi antara partisipan laki-laki dan perempuan

Tabel 4.18 Uji Beda Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin¹⁴

Kelompok	Mean	Sig.2 tailed
Laki-laki	32,15	0,187
Perempuan	33,21	

Berdasarkan hasil uji beda pada Tabel 18, diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,187 yang lebih besar dari 0,05. Temuan ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan dalam regulasi emosi antara responden laki-laki dan perempuan. Namun, secara deskriptif, nilai rata-rata perempuan (33,21) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (32,15), yang menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat regulasi emosi yang sedikit lebih baik daripada laki-laki, meskipun perbedaannya tidak signifikan secara statistik.

Tabel 4.19 Uji Beda Regulasi Emosi Berdasarkan Usia

Kelompok	Mean	Sig.2 tailed
18-20	32,47	0,345
20-25	31,61	

Dari hasil pengujian perbedaan regulasi emosi berdasarkan kelompok usia pada Tabel 4.19, terlihat bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,345, yang melebihi batas 0,05. Oleh karena itu, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan dalam regulasi emosi antara

kelompok usia 18-20 tahun dan 20-25 tahun. Rata-rata regulasi emosi pada kelompok usia 18-20 tahun tercatat sebesar 32,47 sedikit lebih tinggi dibandingkan kelompok usia 20-25 tahun sebesar 31,61, yang menunjukkan secara deskriptif, individu pada rentang usia 18-20 tahun cenderung memiliki kemampuan regulasi emosi yang sedikit lebih baik dibandingkan kelompok usia 20-25 tahun, meskipun perbedaannya tidak signifikan secara statistik.

Tabel 4.20 Uji Beda Regulasi Emosi Berdasarkan Wilayah

Kelompok	Mean Square	F	Sig
Between Groups	25,599	1,278	0,193
Within Groups	20,028		

Hasil uji One Way Anova menunjukkan nilai $F = 1,278$ dengan signifikansi $p = 0,193$ ($p > 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa tidak ada perbedaan signifikan dalam regulasi emosi berdasarkan daerah asal responden.

b. Uji Beda Pola Asuh Permisif

Analisis uji beda pola asuh permisif menurut jenis kelamin dimaksudkan untuk mengidentifikasi perbedaan antara partisipan laki-laki dan perempuan.

Tabel 4.21 Uji Beda Pola Asuh Permisif Berdasarkan Jenis Kelamin

Kelompok	Mean	Sig.2 tailed
Laki-laki	19,19	0,441
Perempuan	19,82	

Pada Tabel 4.21 terlihat bahwa nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,441, yang melebihi batas 0,05. Dengan demikian, tidak ditemukan perbedaan pola asuh permisif yang signifikan antara

responden laki-laki dan perempuan. Nilai mean pola asuh permisif pada responden laki-laki sebesar 19,82, sedangkan pada perempuan sebesar 19,19. Secara deskriptif, skor pola asuh permisif pada laki-laki tampak sedikit lebih tinggi dibandingkan perempuan, namun perbedaan tersebut tidak terbukti signifikan secara statistik.

¹⁸
Tabel 4.22 Uji Beda Pola Asuh Permisif Berdasarkan Usia

Kelompok	Mean	Sig.2 tailed
18-20	19,07	0,388
20-25	18,82	

Hasil uji perbedaan pola asuh permisif berdasarkan usia ²² pada

Tabel 4.22 menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) adalah 0,388, yang lebih besar dari 0,05. Ini mengindikasikan bahwa tidak ada perbedaan signifikan dalam pola asuh permisif antara ⁸²kelompok usia 18-20 tahun dan ⁴⁷20-25 tahun.. Nilai ⁴⁷rata-rata pada kelompok usia 18-20 tahun sebesar 19,07 sedikit lebih tinggi dibandingkan ⁴⁷kelompok usia 20-25 tahun sebesar 18,82, yang menunjukkan secara deskriptif, individu pada rentang usia 18-20 tahun cenderung mengalami pola asuh permisif sedikit lebih tinggi dibandingkan kelompok usia 20-25 tahun, meskipun perbedaannya tidak signifikan secara statistik.

Tabel 4.23 Uji Beda Pola Asuh Permisif Berdasarkan Wilayah

Kelompok	Mean Square	F	Sig
Between Groups	20,314	1,060	0,396
Within Groups	19,172		

Hasil uji One Way ANOVA menunjukkan nilai $F = 1,060$ dengan signifikansi $p = 0,396$ ($p > 0,05$). Hal tersebut mengindikasikan bahwa

tidak ada perbedaan signifikan dalam pola asuh permisif jika ditinjau dari wilayah asal responden.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan mengungkap keterkaitan pola asuh permisif dengan kemampuan regulasi emosi pada individu dewasa awal dalam hubungan romantis. Data diperoleh dari 189 responden dewasa awal yang tersebar di berbagai provinsi di Indonesia. Uji korelasi Pearson digunakan dalam analisis data karena uji normalitas memperlihatkan bahwa distribusi kedua variabel berada dalam kondisi normal.

Deskripsi data dalam penelitian ini memperlihatkan bahwa pada variabel pola asuh permisif, skor hipotetik memiliki mean 25 dengan standar deviasi 5, sedangkan skor empirik menunjukkan mean 19,7 dengan standar deviasi 4,39. Temuan ini mengindikasikan bahwa rata-rata pola asuh permisif yang dialami responden relatif lebih rendah dibandingkan dengan skor ideal atau ekspektasi teoritis. Untuk variabel regulasi emosi, skor hipotetik memiliki mean sebesar 32,5 dengan standar deviasi 6,5, sedangkan skor empirik menunjukkan mean 31,74 dengan standar deviasi 4,54. Artinya, rata-rata kemampuan regulasi emosi responden berada sedikit di bawah skor ideal, namun tetap menunjukkan kecenderungan yang cukup baik. Jika dilihat dari hasil ini, rata-rata skor empirik pola asuh permisif berada dalam kategori rendah hingga sedang, sedangkan regulasi emosi berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil kategorisasi, mayoritas responden termasuk dalam kategori rendah untuk pola asuh permisif dan kategori sedang untuk regulasi emosi. Ini menunjukkan bahwa meskipun secara statistik terdapat hubungan yang sangat kuat. Hasil kategorisasi, sebagian besar responden berada pada kategori rendah dalam pola asuh permisif dan kategori sedang dalam regulasi emosi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa meskipun secara statistik menunjukkan adanya korelasi yang tinggi, tetapi pada level deskriptif, mayoritas responden justru tidak dibesarkan dengan pola asuh permisif yang tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa pada konteks populasi dewasa awal dalam penelitian ini, pola asuh permisif yang rendah pun tetap berkorelasi positif dengan tingkat regulasi emosi yang sedang. Hasil ini didukung oleh penelitian dari Rahman dkk. (2015) yang menemukan adanya hubungan positif antara pola asuh permisif dan kecerdasan emosional pada siswa SMP.

Berdasarkan data kategorisasi, regulasi emosi pada mayoritas responden berada dalam kategori sedang, yang menunjukkan bahwa individu dewasa awal dalam penelitian ini sudah memiliki kemampuan untuk mengelola emosi, namun belum sepenuhnya optimal. Hal ini dapat dijelaskan dari sudut pandang perkembangan psikologis pada masa dewasa awal sesuai teori Santrok (2011), di mana individu berada dalam fase penting dalam membentuk identitas personal dan hubungan sosial yang lebih stabil.

Terkait dengan jenis kelamin responden, penelitian ini menemukan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 153 orang (81%), sedangkan laki-laki hanya berjumlah 36 orang (19%). Ketidakseimbangan ini

mungkin disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kecenderungan perempuan untuk lebih responsif terhadap ajakan partisipasi dalam survei daring seperti *google Form*. Selain itu, tema penelitian yang berkaitan dengan emosi dan hubungan romantis cenderung lebih menarik perhatian perempuan, karena secara umum perempuan memiliki ketertarikan yang lebih tinggi terhadap isu-isu interpersonal dan ekspresi emosi.

Berdasarkan hasil analisis korelasi Pearson, ditemukan bahwa pola asuh permisif memiliki hubungan yang sangat kuat dan positif dengan regulasi emosi, ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,833 dan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Selain itu, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,693 menunjukkan bahwa sekitar 69,3% variasi dalam regulasi emosi dapat dijelaskan oleh pola asuh permisif, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Secara statistik terdapat hubungan positif yang kuat, pada konteks deskriptif sebagian besar dewasa awal memiliki pola asuh permisif rendah namun tetap memiliki kemampuan regulasi emosi dalam kategori sedang. Hubungan positif ini dapat diartikan bahwa pemberian kebebasan dan dukungan dalam pola asuh permisif dapat membantu individu dalam mengenali, memahami, serta mengelola emosinya secara mandiri dalam konteks hubungan romantis. Hal ini sejalan dengan penelitian Sari dan Indrawati (2021) yang menunjukkan bahwa pola asuh yang memberikan kebebasan dan penerimaan mampu meningkatkan keterampilan pengelolaan emosi pada remaja dan dewasa awal.

Selain itu, hasil penelitian Putri dan Herawati (2020) turut memperkuat temuan ini dengan menyatakan bahwa dukungan emosional dari orang tua berkontribusi positif terhadap kemampuan regulasi emosi. Meskipun pola asuh permisif memberikan kebebasan yang tinggi, efek positifnya sangat bergantung pada adanya dukungan emosional yang memadai dari orang tua. Dukungan emosional orang tua merupakan faktor penting yang memperkuat efektivitas pola asuh permisif dalam membantu individu dewasa awal memahami dan mengelola emosinya secara mandiri, sehingga individu dewasa awal dapat mengembangkan regulasi emosi yang sehat dalam hubungan romantis.

Selain itu, faktor-faktor lain seperti latar belakang keluarga, pengalaman masa kecil, serta interaksi sosial di luar keluarga juga turut mempengaruhi kemampuan regulasi emosi pada tahap dewasa awal (Putri & Kartika, 2020). Selain itu, penelitian oleh Dewi dan Sari (2021) juga menunjukkan bahwa pola asuh permisif dapat berhubungan positif dengan regulasi emosi, terutama pada remaja yang memiliki pengalaman sosial dan karakteristik kepribadian tertentu. Studi ini menegaskan bahwa faktor eksternal seperti lingkungan sosial turut memoderasi hubungan antara pola asuh dan kemampuan regulasi emosi pada individu.

Pada hasil uji tambahan yaitu uji beda berdasarkan jenis kelamin, berdasarkan usia dan wilayah menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan pola asuh permisif dan regulasi emosi. Pada uji beda ini perempuan memiliki rata-rata regulasi emosi yang lebih tinggi, namun secara statistik perbedaannya tidak signifikan. Hasil ini didukung oleh Nurhasanah dan

Andriani (2021) yang menyatakan bahwa perbedaan jenis kelamin, usia dan wilayah tidak selalu menghasilkan perbedaan signifikan dalam regulasi emosi, karena faktor pengalaman pribadi dan lingkungan sosial lebih berpengaruh besar pada dewasa awal. Penelitian dari Putra dan Lestari (2022) juga menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan pola asuh permisif dan regulasi emosi berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa dewasa awal. Faktor pengalaman pribadi dan lingkungan sosial ternyata lebih berpengaruh dibandingkan faktor jenis kelamin dalam membentuk regulasi emosi individu.

Berdasarkan pembahasan yang telah dijelaskan, Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa semakin kuat pola asuh permisif yang diterima seseorang, semakin baik pula kemampuan regulasi emosinya dalam menjalani hubungan romantis. Hubungan positif yang sangat kuat ini mengindikasikan bahwa kebebasan, penerimaan, dan minimnya kontrol yang diberikan orang tua dalam pola asuh permisif pada responden penelitian justru dapat menjadi ruang belajar untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi secara mandiri.

Sebaliknya, apabila pola asuh permisif tidak disertai dengan dukungan emosional yang memadai, individu mungkin akan kesulitan mengembangkan keterampilan regulasi emosi secara optimal. Oleh karena itu, keberhasilan regulasi emosi pada individu dengan latar belakang pola asuh permisif sangat bergantung pada adanya pengalaman sosial yang sehat, komunikasi terbuka dengan orang tua, serta kesempatan untuk belajar menghadapi konflik secara konstruktif.

Namun demikian, penelitian ini masih memiliki beberapa batasan yang perlu menjadi perhatian. Salah satu kelemahan terletak pada tidak membatasi kriteria subjek, di mana latar belakang keluarga dan pengalaman masa kecil tidak dijadikan pertimbangan khusus dalam pemilihan sampel. Selanjutnya, keterbatasan juga terdapat pada penggunaan metode pengumpulan data secara *online*. Karena peneliti tidak dapat memantau langsung proses pengisian kuesioner, maka tidak dapat dipastikan tingkat kesungguhan responden dalam menjawab setiap pernyataan. Di samping itu, keterbatasan sumber literatur juga menjadi kendala dalam penelitian ini, terutama terkait dengan topik ¹ **hubungan antara pola asuh permisif dan regulasi emosi pada masa dewasa awal dalam konteks relasi romantis masih tergolong kurang banyak dibahas secara spesifik dalam jurnal-jurnal psikologi lokal. Hal ini membuat pengembangan teori serta pendalaman kajian pustaka menjadi kurang maksimal.**

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil analisis diperoleh kesimpulan bahwa hipotesis penelitian diterima, dengan adanya hubungan positif yang signifikan dan sangat kuat antara pola asuh permisif serta regulasi emosi pada dewasa awal dalam hubungan romantis. Hubungan positif ini menunjukkan bahwa pemberian kebebasan dan dukungan dalam pola asuh permisif dapat membantu individu dalam mengenali, memahami, serta mengelola emosinya secara mandiri dalam konteks hubungan romantis

Hal tersebut dapat terjadi karena adanya faktor tambahan seperti pengalaman hidup, kepribadian, serta lingkungan sosial yang tidak dikendalikan dalam penelitian. Hasil penelitian juga memperlihatkan bahwa sebagian besar responden berada pada tingkat sedang untuk kedua variabel, yang menandakan bahwa regulasi emosi dan pola asuh permisif cenderung stabil pada fase dewasa awal

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Saran bagi subjek penelitian

Penelitian ini memberikan gambaran bahwa pola asuh permisif yang cenderung memberikan kebebasan dapat berdampak positif pada kemampuan regulasi emosi individu, terutama pada dewasa awal. Oleh

karena itu, bagi individu yang sedang berada dalam fase dewasa awal dan menjalin hubungan romantis, diharapkan dapat mengenali pola asuh yang mereka terima serta mengembangkan kemampuan regulasi emosi sebagai bekal dalam membangun hubungan yang sehat secara emosional.

²⁰ 2. Saran bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, seperti tidak dikendalikannya faktor latar belakang keluarga, serta pengumpulan data yang dilakukan secara *online*. Untuk itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk lebih memperhatikan karakteristik subjek, seperti latar belakang keluarga atau pola relasi masa kecil, serta menggunakan metode pengambilan data yang lebih bervariasi seperti wawancara atau observasi. Di samping itu, direkomendasikan untuk menyertakan variabel lain yang mungkin berperan sebagai faktor mediasi atau moderasi dalam hubungan antara pola asuh dan regulasi emosi.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

Hubungan Antara Pola Asuh Permisif Dengan Regulasi Emosi Dalam Menjalिन Hubungan Romantis Pada Dewasa Awal

ORIGINALITY REPORT

25%	23%	11%	12%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	dspace.uui.ac.id Internet Source	2%
2	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper	1%
3	repository.radenintan.ac.id Internet Source	1%
4	repository.unjaya.ac.id Internet Source	1%
5	repository.usd.ac.id Internet Source	1%
6	docplayer.info Internet Source	1%
7	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	1%
8	www.researchgate.net Internet Source	1%
9	digilib.uin-suka.ac.id Internet Source	1%
10	123dok.com Internet Source	1%
11	jurnal.unissula.ac.id Internet Source	1%

12	id.scribd.com Internet Source	1 %
13	Submitted to UIN Raden Intan Lampung Student Paper	<1 %
14	e-journals.unmul.ac.id Internet Source	<1 %
15	www.scribd.com Internet Source	<1 %
16	id.123dok.com Internet Source	<1 %
17	eprints.walisongo.ac.id Internet Source	<1 %
18	repository.unsri.ac.id Internet Source	<1 %
19	eprints.unpak.ac.id Internet Source	<1 %
20	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	<1 %
21	core.ac.uk Internet Source	<1 %
22	Submitted to iGroup Student Paper	<1 %
23	Submitted to Universitas Islam Indonesia Student Paper	<1 %
24	Submitted to Universitas Negeri Padang Student Paper	<1 %
25	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	<1 %
26	jcs.greenpublisher.id	

<1 %

27 repository.usu.ac.id
Internet Source

<1 %

28 eprints.uny.ac.id
Internet Source

<1 %

29 jurnal.murnisadar.ac.id
Internet Source

<1 %

30 repository.unair.ac.id
Internet Source

<1 %

31 Submitted to Universitas Mulawarman
Student Paper

<1 %

32 Khofifah Wahyulianti, Eka Devi Septiani, Yuli Haryanti, Risma Setianingrum, Nina Farliana. "PENGARUH TINGKAT PENDIDIKAN DAN GENDER TERHADAP TINGKAT PENGANGGURAN TERBUKA DI JAWA TENGAH TAHUN 2019 - 2022", JAE (JURNAL AKUNTANSI DAN EKONOMI), 2025
Publication

<1 %

33 Yeni Asmara, Tiara Titania. "PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN BERBASIS KOMIK PADA MATERI SEJARAH SEBAGAI ILMU, MITOS, LEGENDA, DONGENG", Jurnal Perspektif Pendidikan, 2022
Publication

<1 %

34 eprints.uad.ac.id
Internet Source

<1 %

35 digilib.uinkhas.ac.id
Internet Source

<1 %

36 nanopdf.com
Internet Source

<1 %

37	repository.ub.ac.id Internet Source	<1 %
38	widyasari-press.com Internet Source	<1 %
39	eprints.mercubuana-yogya.ac.id Internet Source	<1 %
40	repository.uksw.edu Internet Source	<1 %
41	Submitted to Tarumanagara University Student Paper	<1 %
42	docobook.com Internet Source	<1 %
43	Submitted to Sultan Agung Islamic University Student Paper	<1 %
44	garuda.kemdikbud.go.id Internet Source	<1 %
45	muassis.journal.unusida.ac.id Internet Source	<1 %
46	Submitted to Universitas Tidar Student Paper	<1 %
47	Daul R. Tuhuteru, B. S. Lampus, Vonny N. S. Wowor. "STATUS KEBERSIHAN GIGI DAN MULUT PASIEN POLIKLINIK GIGI PUSKESMAS PANIKI BAWAH MANADO", e-GIGI, 2014 Publication	<1 %
48	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	<1 %
49	digilib.uad.ac.id Internet Source	<1 %

50	etd.unsyiah.ac.id Internet Source	<1 %
51	www.studocu.com Internet Source	<1 %
52	Restu Lusiana. "EFEKTIVITAS PENDEKATAN QUANTUM LEARNING DAN CONTEXTUAL TEACHING AND LEARNING (CTL) TERHADAP PRESTASI BELAJAR MATEMATIKA DITINJAU DARI POLA ASUH ORANG TUASISWA SMP DI KABUPATEN MAGETANTAHUN AJARAN 2012/2013", Jurnal Edukasi Matematika dan Sains, 2016 Publication	<1 %
53	Submitted to UIN Walisongo Student Paper	<1 %
54	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	<1 %
55	Yulia Suriyanti, Yunita Astikawati. "PERAN GURU IPS TERPADU DALAM PEMBENTUKAN KARAKTER SISWA DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP) NEGERI 05 TEMPUNAK TAHUN PELAJARAN 2018/2019", JURKAMI : Jurnal Pendidikan Ekonomi, 2021 Publication	<1 %
56	digilib.unimed.ac.id Internet Source	<1 %
57	e-journal.sari-mutiara.ac.id Internet Source	<1 %
58	lp3m.ummy.ac.id Internet Source	<1 %

59	Internet Source	<1 %
60	moam.info Internet Source	<1 %
61	repository.ekuitas.ac.id Internet Source	<1 %
62	Ainul Zulqoifah Asmawati, Dadang Hikmah Purnama, Waspodo Waspodo. "TINGKAT KONTROL SOSIAL INTERNAL MAHASISWA TERHADAP PERILAKU CYBERBULLYING DI MEDIA SOSIAL", Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial, 2020 Publication	<1 %
63	documents.mx Internet Source	<1 %
64	e-jurnal.stkipmsampit.ac.id Internet Source	<1 %
65	eprints.ums.ac.id Internet Source	<1 %
66	repository.unisma.ac.id Internet Source	<1 %
67	text-id.123dok.com Internet Source	<1 %
68	www.vibizmedia.com Internet Source	<1 %
69	Harmi Yelmi. "Analisis Strategi PERUMDA Tirta Kampar dalam Transformasi Layanan Air Minum", RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 2025 Publication	<1 %

70 Nazra Maghfira, Syardiansah Syardiansah, Ziaul Maula. "Pengaruh Motivasi Kerja dan Kepuasan Kerja Pada Kinerja Pegawai di Puskesmas Langsa Baro", eCo-Buss, 2025
Publication

71 Rifdah Faradillah, Dayan Hisni, Retno Widowati. "Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dan Lama Durasi Penggunaan Gawai Terhadap Perkembangan Sosial Anak", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2022
Publication

72 Russel Hizkia, Harlyn L. Siagian. "PENGARUH AUDIT EKTSTERNAL DAN AUDIT FEE TERHADAP AUDIT FRAUD", EDUNOMIA: Jurnal Ilmiah Pendidikan Ekonomi, 2022
Publication

73 Submitted to Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Student Paper

74 Submitted to Universitas Muria Kudus
Student Paper

75 e-journal.unair.ac.id
Internet Source

76 journal.umg.ac.id
Internet Source

77 lib.unnes.ac.id
Internet Source

78 repository.unika.ac.id
Internet Source

79 repository.uph.edu
Internet Source

80

sialim.radenfatah.ac.id

Internet Source

<1 %

81

yuliakarlina.blogspot.com

Internet Source

<1 %

82

Dona Silviani, Citra Savitri, Wike Pertiwi.
"Pengaruh Pelatihan K3 dan Kepemimpinan
terhadap Perilaku Keselamatan Kerja pada
PT. Trigunapratama Abadi", Journal of
Business, Finance, and Economics (JBFE), 2022

Publication

<1 %

83

Hartaty Hartaty, Abdul Haris. "Hubungan
Gaya Hidup dengan Kejadian Stroke", Jurnal
Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 2020

Publication

<1 %

84

[Submitted to Universitas Islam Riau](#)

Student Paper

<1 %

85

[Submitted to Universitas Merdeka Malang](#)

Student Paper

<1 %

86

[Submitted to Universitas Sanata Dharma](#)

Student Paper

<1 %

87

Yoana Elvita Fetriana, Christiana Hari
Soetjningsih. "HUBUNGAN ANTARA HARGA
DIRI DENGAN SUCCESSFUL AGING PADA
LANZIA", Jurnal Psikohumanika, 2019

Publication

<1 %

88

digilib.uinsa.ac.id

Internet Source

<1 %

89

ejournal.baleliterasi.org

Internet Source

<1 %

90

eprints.iain-surakarta.ac.id

Internet Source

<1 %

91	garuda.ristekdikti.go.id Internet Source	<1 %
92	journal.al-matani.com Internet Source	<1 %
93	journal.unnes.ac.id Internet Source	<1 %
94	jp.feb.unsoed.ac.id Internet Source	<1 %
95	jurnal.umrah.ac.id Internet Source	<1 %
96	repository.iainpurwokerto.ac.id Internet Source	<1 %
97	repository.stainmajene.ac.id Internet Source	<1 %
98	Bayu Dwi Maulana Putra, Iin Ervina, Anggraeni Swastika Sari. "Hubungan Intensitas Bermain Game Online Mobile Legend dengan Self Regulated Learning Siswa SMAN 1 Prajekan di Bondowoso", Jurnal Psikologi, 2023 Publication	<1 %
99	Dina Rahma Adila, Afif Kurniawan. "Proses Kematangan Emosi Pada Individu Dewasa Awal yang Dibesarkan dengan Pola Asuh Orang Tua Permisif", INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental, 2020 Publication	<1 %
100	Ilham Kamaruddin, Ambo Dalle, Andi Muh. Raehan, Asdar Musa, Andi Anisa Ade Triyenie. "Analisis Gerak Biomekanika (Kinovea Software) Untuk mengembangkan Kemampuan Akurasi Shooting Sepakbola	<1 %

101

Sugiyono, Vara Maulidiah Hidayah.
"Pemodelan Teknologi dalam Aplikasi
KitaLulus untuk Lowongan Pekerjaan
Menggunakan Metode Technology
Acceptance Model (TAM)", Jurnal Indonesia :
Manajemen Informatika dan Komunikasi,
2024

Publication

<1 %

102

Nurul Latifah, Evi Fitriyanti. "Hubungan Pola
Asuh Orang Tua Permisif dengan Moral Tidak
Baik Remaja dan Implikasinya terhadap
Konseling Perorangan", Psychocentrum
Review, 2021

Publication

<1 %

103

adoc.pub
Internet Source

<1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off