

HUBUNGAN SELF ESTEEM DENGAN REGULASI EMOSI PADA SISWA SMA MUHAMMADIYAH 2 BANDAR LAMPUNG

Adelia Salsabilla¹, Renyep Proborini², Setriani³

Email: setriani@uml.ac.id³

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Lampung^{1,2,3}

Abstrak

Self esteem berperan penting dalam regulasi emosi siswa. Self esteem yang rendah dapat mempengaruhi kemampuan siswa untuk mengelola dan mengatur emosi, regulasi emosi yang efektif memerlukan Tingkat self esteem yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self esteem dengan regulasi emosi siswa. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung sebanyak 795 siswa, dengan jumlah sampel 90 siswa yang dipilih menggunakan teknik *Probability Random Sampling*. Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif. Self esteem diukur menggunakan skala CSEI (*The Coopersmith Self Esteem Inventory*) yang telah dimodifikasi oleh Ryden, dan regulasi menggunakan skala *Emotion Regulation Questionnaire* dari Gross. Analisis data dilakukan menggunakan *Spearman's rank correlation*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif dengan tingkat korelasi kuat antara self esteem dengan regulasi emosi, dengan standar koefisien korelasi sebesar 0,445. Hal ini mengindikasikan semakin tinggi tingkat self esteem siswa, semakin baik regulasi emosi, sebaliknya, semakin rendah tingkat self esteem siswa, semakin buruk regulasi emosi.

Kata Kunci: Self Esteem; Regulasi Emosi; Siswa

Abstract

Self-esteem has an important role in the regulation of students' emotions. Low self-esteem can affect students' ability to manage and regulate emotions, effective regulation of emotions requires a high level of self-esteem. This study aims to determine the relationship between self-esteem and student emotional regulation. The population of this study is all students of SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung as many as 795 students, with a sample of 90 students selected using the Probability Random Sampling technique. The research method uses quantitative methods. Self esteem is measured using the CSEI scale (The Coopersmith Self Esteem Inventory) which has been modified by Ryden, and the regulation uses the Emotion Regulation Questionnaire scale from Gross. Data analysis was carried out using Spearman's rank correlation. The results of the study showed that there was a positive relationship with the level of strong correlation between self-esteem and emotional regulation, with a standard correlation coefficient of 0.445. This indicates that the higher the student's self-esteem level, the better the emotion regulation, conversely, the lower the student's self-esteem level, the worse the emotion regulation.

Keywords: Self Esteem; Emotion Regulation; Student

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang banyak mengalami perubahan baik secara fisik maupun psikis (Santrock, 2007). Pada masa ini remaja mengalami perubahan untuk mencapai kematangan fisik, emosional dan mental.

Regulasi emosi merupakan cara individu untuk mengendalikan emosi yang ada pada diri individu maupun yang berhubungan dengan orang lain. Menurut

Thompson (1994) regulasi emosi merupakan kemampuan untuk menyadari, mengevaluasi dan memodifikasi emosi untuk mencapai tujuan. Permasalahan regulasi emosi pada remaja menjadi semakin serius ketika lingkungan rumah maupun sekolah ikut memberikan pengaruh. Remaja sangat mudah untuk merajuk, akan tetapi mereka belum mampu mengekspresikan emosi secara tepat. Dengan atau tanpa adanya provokasi,

mereka dapat menjadi sangat emosional kepada orang tuanya maupun meluapkan perasaan yang tidak mereka sukai pada orang lain. Kurangnya kemampuan regulasi emosi remaja ditandai dengan reaksi emosi yang berlebihan atau tidak sesuai dengan stimulus. Emosi yang tidak terkendali pada remaja terwujud dalam marah kepada orang sekitarnya, pertengkaran, penganiayaan bahkan sampai pada tindakan membunuh orang lain.

Self esteem merupakan evaluasi positif dan negatif individu terhadap diri sendiri (Santrock, 2003). Evaluasi tersebut berkembang menjadi kebiasaan individu yang akan mengekspresikan sebagai sikap menerima atau menolak diri sendiri. Individu dengan *self esteem* rendah digambarkan sebagai individu yang seringkali mengalami kecemasan, pesimis, dan sulit untuk mengekspresikan dirinya. *Self esteem* juga diartikan sebagai evaluasi diri positif atau negatif dari seseorang yang kemudian mempengaruhi bagaimana individu berperilaku di kehidupannya (Bening & Hertinjung, 2014). Sehingga individu yang memiliki *self esteem* positif akan cenderung mudah dalam menerima kritik, menghargai dirinya sendiri secara apa adanya, tidak mudah untuk menyalahkan diri sendiri karena kekurangan atau ketidaksempurnaannya, dapat mengelola regulasi emosi negatif menjadi positif, seperti merasa puas serta

bangga dengan usaha ataupun karyanya yang demikian membuatnya mampu untuk menghadapi berbagai tantangan dengan regulasi emosi yang positif (Mahadewi & Fridari, 2019).

Kemampuan regulasi emosi dapat membuat individu melakukan suatu hal yang positif maupun negatif pada hidupnya. Apabila siswa memiliki regulasi emosi yang positif akan mencegahnya ke dalam perilaku yang impulsif maupun agresif, dan ketika ada hal diluar dari harapannya, siswa dapat menerima serta menghargai dengan tidak menyalahkan kemampuan dirinya (Nurrahmah, Titin, & Radde, 2021).

Berbagai fenomena yang berkaitan dengan ketidakmampuan remaja dalam mengelola emosi ialah terdapat seorang pelajar berusia 18 tahun di Yogyakarta menganiaya teman sendiri menggunakan senjata tajam jenis celurit karena tidak terima ibunya dihina melalui aplikasi whatsapp (Ayu, 2023). Siswa SMKN di Bima, siswa tersebut memukul gurunya karena tidak terima ditegur merokok di dalam kelas (Faruk Nickywari, 2023).

Fenomena diatas menunjukkan bahwa kemampuan remaja untuk mengelola emosi masih rendah. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Hessler & Katz (2010) yang menyatakan ketidakmampuan mengelola emosi menyebabkan remaja melakukan tindakan destruktif untuk mengatasi emosi negatif.

Pra-survei yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa fenomena yang sering ditemukan pada siswa melalui hasil wawancara menyatakan bahwa beberapa siswa SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung masih rendah dalam kemampuan regulasi emosi. Dilihat dari beberapa pernyataan yang diberikan oleh siswa yaitu meskipun mereka berusaha untuk mengelola dan mengatur emosi yang sedang dirasakan dengan tidak menyalurkan emosi tersebut secara negatif, namun pada akhirnya mereka kurang mampu mengontrol emosi dengan melampiaskan emosi itu secara meledak-ledak. Siswa juga sulit mengakui kesalahan dan enggan meminta maaf ketika terlibat pertengkaran dan konflik dengan teman sehingga mengharuskan guru untuk turun tangan. Siswa juga memiliki sifat keakuan diri tinggi sehingga sulit menerima kritik atau saran dari guru dan teman sekelas hal ini dapat menghambat perkembangan akademis siswa.

Berdasarkan fenomena diatas, terlihat bahwa siswa SMA Muhammadiyah 2 mengalami berbagai permasalahan yang berkaitan dengan ketidakmampuan remaja dalam mengelola dan mengatur emosinya.

Menurut penelitian Keliat (2010) dapat disimpulkan bahwa *self esteem* yang rendah dapat mempengaruhi siswa sekolah menengah. Siswa sekolah menengah mampu membangkitkan perasaan dan

perilaku negatif tentang diri sendiri, menghindari resiko, dan menilai keadaan mereka lebih buruk daripada orang lain yang menganggap negatif, mereka akan merasa tidak berharga, tidak penting, memiliki masalah dalam mengendalikan emosi dan kehilangan kepercayaan diri. Menurut penelitian Gomez (2008) adanya hubungan antara *self esteem* dengan aspek psikologi lain yakni regulasi emosi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mandoa & Robea (2021) menunjukkan bahwa *self esteem* berhubungan dengan kemampuan regulasi emosi yang dapat disesuaikan.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji hubungan antara *self esteem* (harga diri) dengan regulasi emosi pada siswa SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

KAJIAN PUSTAKA

Regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang yang diwujudkan dalam bentuk mengelola, mengungkapkan, serta mengatasi beragam emosi negatif yang dirasakan sehingga dapat mencapai kepada titik keseimbangan emosional (Greenberg, 2007). Gross (2014) berpendapat bahwa *regulasi emosi* merupakan pembentukan proses emosi yang dimiliki individu, bagaimana individu mengalaminya dan kapan individu memilikinya serta mengekspresikan emosi

tersebut. Suatu hal yang dilakukan oleh individu untuk mengatur emosi yang muncul dan dirasakan sehingga apapun emosi yang sedang dirasakan individu tersebut tetap dapat menunjukkan sikap yang tenang dan kemampuan berfikir yang baik dan jernih. Gross (2014) berpendapat bahwa ada empat aspek *regulasi emosi* yaitu (1) *strategies to emotion*, yaitu keyakinan seseorang agar dapat mengatasi masalah yang dihadapi dan memiliki cara untuk mengurangi emosi negatif, (2) *engaging in goal directed behavior*, yaitu cara atau kemampuan seseorang untuk bisa berpikir lebih baik dan tidak terganggu atau terpengaruh dari emosi negatif meskipun emosi itu ada, (3) *control emotional responses*, yaitu kemampuan seseorang untuk mengontrol emosinya serta mengeluarkan respon emosi secara tepat (respon tingkah laku, suara, dan fisiologi), (4) *acceptance of emotional responses*, yaitu kemampuan seseorang untuk dapat menerima suatu peristiwa yang memunculkan emosi negatif dan tidak merasa malu menunjukannya.

Individu dengan kemampuan regulasi emosi yang baik memiliki kesadaran terhadap emosi apa yang sedang terjadi dan alasannya, kemudian diikuti oleh kemampuan mengelola atau mengontrol emosi, serta memodifikasi agar memiliki daya tahan yang baik dalam mengatasi masalah (Gratz & Roemer,

2004). Menurut Gross (2008) terdapat 4 faktor yang mempengaruhi kemampuan regulasi emosi seseorang yaitu usia, jenis kelamin, religiusitas, kepribadian dan pola asuh.

Menurut Coopersmith (1967) *Self esteem* merupakan evaluasi yang dibuat dan berkembang menjadi kebiasaan individu, yang diekspresikan menjadi sikap menerima atau menolak diri sendiri dan mengindikasikan tingkat individu tersebut meyakini dirinya sebagai seseorang yang memiliki keberartian, kesuksesan, dan keberhargaan. Coopersmith (1967) menyebutkan terdapat empat aspek dalam *self esteem* diantaranya (1) *power*, kemampuan seseorang untuk dapat mengontrol tingkah laku serta mendapat pengakuan atas tingkah laku dari orang lain, (2) *significance*, keberartian yang merujuk pada kepedulian, afeksi, dan ekspresi cinta yang diterima oleh seseorang dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang tersebut diterima di lingkungannya, (3) *virtue (kebajikan)*, yaitu sikap taat individu terhadap nilai moral, etika dan agama yang membuat penilaian positif terhadap diri, (4) *competence*, kemampuan individu untuk mengetahui tugas-tugas penting dalam hidup untuk mencapai tujuannya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada siswa SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 795 siswa SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Dalam menentukan sampel penelitian yang mewakili seluruh populasi, peneliti menggunakan rumus Slovin (Sugiyono, 2021). Berdasarkan pada hasil perhitungan jumlah sampel yang dibutuhkan adalah 90 dari total 795 subjek, dengan *margin of error* sebesar 10%. Sampel diambil menggunakan teknik probabilitas sampling (*probability random sampling*), populasi sampel diambil secara acak dari populasi tanpa melihat stratifikasi populasi (Sugiyono, 2021).

Variabel penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu regulasi emosi dan self esteem. Berdasarkan teori Coopersmith (1967) ada empat aspek dalam self esteem yaitu (1) *power* (*kekuatan*), (2) *significance* (*keberartian*), (3) *virtue* (*kebajikan*), (4) *competance* (*kemampuan*). Sedangkan pada variabel regulasi emosi berdasarkan teori Gross (2014) yaitu (1) *strategies to emotion*, (2) *engaging in goal directed behavior*, (3) *control emotional responses*, (4) *acceptance of emotional responses*.

Dalam penelitian ini, menggunakan studi penelitian kuantitatif yang mengadopsi pada desain korelasional. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan metode *kolmogorov-*

smirnov, sedangkan uji asumsi (hipotesis) menggunakan teknik korelasi *spearman's rank* dengan bantuan SPSS 25.

Instrumen penelitian berupa kuesioner yang terdiri dari dua skala penelitian yaitu *self esteem* diukur menggunakan skala *The Coopersmith Self-Esteem Inventory (CSEI)* yang di modifikasi oleh Ryden (Gunawan, 2017) dan diadaptasi oleh peneliti. Alat ukur terdiri dari 58 item dengan lima pilihan jawaban, yaitu (1) sangat tidak setuju, (2) tidak setuju, (3) netral, (4) setuju, (5) sangat setuju. Dari hasil uji reliabilitas didapatkan nilai reliabilitas skala *Coopersmith Self Esteem Inventory (CSEI)* sebesar 0,894 yang berarti alat ukur tersebut memiliki reliabilitas yang tinggi. Regulasi emosi diukur menggunakan *Emotion Regulation Questionnaire* dari Gross (Balzarotti, 2010) dan diadaptasi oleh Proborini dan Septania (2021) dengan 10 aitem pernyataan dengan lima pilihan jawaban yaitu (1) tidak pernah/hampir tidak pernah, (2) jarang, (3) kadang-kadang, (4) sering, (5) selalu/hampir selalu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengujian validitas isi dilakukan dengan cara mengkaji dan merevisi item pernyataan berdasarkan pendapat ahli profesional (Sugiyono, 2021). Koefisien validitas pada skala *self esteem* ditetapkan sebesar 0,25 , sehingga 18 dari 58 item

pernyataan awal gugur. Jumlah item pernyataan yang memenuhi kriteria validitas sebanyak 40, dan hasil uji reliabilitas 0,894 Alpha Cronbach serta nilai *corrected item-total correlation* 0,273-0,667. Skala regulasi emosi terdapat 4 item yang gugur dari 10 item pernyataan awal sehingga jumlah item yang memenuhi kriteria validitas sebanyak 6, dan hasil uji reliabilitas 0,793 Alpha Cronbach serta *corrected item-total correlation* 0,422-0,632.

Tabel 1. Hasil Uji Validitas Reliabilitas

Varia bel	Alpha Cronbac h	<i>Corrected item-total correlatio n</i>	Aitem gugur	Aitem valid
SE	0,894	0,273- 0,667	18	40
RE	0,793	0,422- 0,632	4	6

Tabel 2. Kategori Data

Varia bel	Rentang	Frekue nsi	%	Katego ri
RE	0-18	17	18,9%	Rendah
	19-26	62	68,9%	Sedang
	27-30	11	12,2%	Tinggi
SE	0-109	14	15,6%	Rendah
	110-143	61	67,7%	Sedang
	144-166	15	16,7%	Tinggi

Berdasarkan hasil kategorisasi yang diperoleh peneliti, terdapat 17 siswa (18,9%) SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung yang memiliki regulasi emosi rendah, 62 siswa (68,9%) level sedang, dan 11 siswa (12,2%) dengan level tinggi. Sedangkan, terdapat 14 siswa (15,6%) dengan self esteem rendah, 61 siswa (67,7%) level sedang, dan 15 siswa (16,7%) dengan level tinggi.

Uji normalitas terhadap kedua variabel menggunakan tes Kolmogorov-Smirnov. Variabel regulasi emosi memiliki nilai signifikansi $p=0,016$ dengan $KSZ=0,105$. Nilai $p < 0,05$ yang berarti data berdistribusi tidak normal. Self esteem memiliki nilai signifikansi $p=0,200$ dengan $KSZ=0,058$. Nilai $p > 0,05$ yang berarti data berdistribusi normal.

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui linear atau tidaknya hubungan antar kedua variabel. Hubungan tersebut linear bila signifikansi (p) *deviation from linearity* $> 0,05$. Nilai F yang diperoleh sebesar 1.623 dengan signifikansi $p=0,060$ ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa hubungan antara regulasi emosi dengan self esteem linear.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi

P	Spearman's rho		
	(a)	Nilai korelasi	Kesimpulan
0,000	0,01	0.445	<i>Sig.(2-tailed</i> $0,000 < 0,01$ <i>level of</i> <i>significant</i> <i>(a)</i> , indikasi asumsi diterima.

Berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan teknik *Spearman's rank correlation* menunjukkan koefisien $r=0,445$ tingkat signifikansi $p=0,000$ ($p < 0,01$). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel regulasi emosi dan self esteem pada siswa SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Korelasi ini bersifat positif dengan tingkat

korelasi kuat yang mengindikasikan jika self esteem siswa tinggi maka regulasi emosi cenderung tinggi, jika self esteem rendah, regulasi emosi cenderung rendah. Dengan demikian asumsi dapat diterima.

Hal tersebut didukung oleh pendapat Coopersmith (1967) yang menemukan bahwa individu yang memiliki self esteem tinggi akan menunjukkan perilaku positif, dapat mengontrol emosi maupun tindakannya dan dapat menerima kritik dengan baik di lingkungannya. Individu mampu mengekspresikan dirinya dengan baik, sehingga meskipun menerima suatu peristiwa yang memunculkan emosi negatif individu tidak terganggu atau terpengaruh dari emosi negatif tersebut. Individu menjadi lebih bahagia dan efektif menghadapi tuntutan dari lingkungan yang selanjutnya berpengaruh pada kemampuan individu dalam regulasi emosinya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa mayoritas siswa SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung memiliki self esteem dan regulasi yang cukup baik. Mayoritas siswa memiliki tingkat self esteem sedang yakni 61 siswa (67,7%), hal ini bermakna bahwa siswa memiliki penilaian tentang kemampuan serta harapan dan kebermaknaan dirinya yang bersifat positif, interaksi sosial yang baik dan berpikir kreatif namun belum menunjukkan kompetensi yang sama seperti siswa dengan self esteem tinggi, sebanyak

15 siswa (16,7%) di tingkat tinggi, dan 14 siswa (15,6%) berada di tingkat rendah. Kemudian, mayoritas siswa memiliki tingkat regulasi emosi sedang yakni 62 siswa (68,9%), hal ini bermakna bahwa siswa memiliki kemampuan untuk mengubah emosi yang dirasakan ke dalam bentuk perilaku positif seperti mengasah skill dengan mengikuti ekstrakurikuler, melakukan olahraga, dan belajar lebih giat namun belum sebaik siswa dengan regulasi emosi tinggi, sebanyak 11 siswa (12,2%) di tingkat tinggi, dan 17 siswa (18,9%) di tingkat rendah. Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa siswa SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung memiliki self esteem positif yang kemudian mempengaruhi bagaimana individu berperilaku di lingkungan. Sehingga individu cenderung mudah dalam menerima kritik, menghargai diri sendiri serta mampu mengelola regulasi emosi negatif.

PENUTUP

Kesimpulan

Kesimpulan yang diperoleh berdasarkan pada hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara self esteem dan regulasi emosi pada siswa SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Hubungan antar kedua variabel tersebut memiliki arah positif dengan tingkat korelasi cukup kuat, yang

mengindikasikan jika semakin tinggi tingkat self esteem siswa, maka akan semakin tinggi regulasi emosinya. Dan sebaliknya, semakin rendah tingkat self esteem siswa, maka akan semakin rendah tingkat regulasi emosinya.

Saran

Saran untuk peneliti selanjutnya, diharapkan untuk menggali lebih dalam mengenai faktor-faktor yang menyebabkan regulasi emosi. Melalui penelitian ini, diharapkan pihak sekolah dapat mengimplementasi program pembinaan siswa dengan memperhatikan aspek-aspek regulasi emosi. Bagi siswa, disarankan untuk mempelajari strategi yang efektif dalam meningkatkan self esteem dan kemampuan untuk mengatur serta mengelola emosi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, M. (2020). Indikator self esteem coopersmith. *Universitas Islam Negeri Malang, 2003*, 7–44.
- Ayu, (2023, 6 Mei) *Tidak terima ibunya diejek, pelajar bacok teman* [Video]. tvonenews.com
- Balzarotti, S., John, O. P., & Gross, J. J. (2010). An Italian adaptation of the emotion regulation questionnaire. *European Journal of Psychological Assesment, 26*(1), 61-67.
- Bening Satuti, N., & Hertinjung. *Hubungan Antara Harga Diri Dengan Perilaku Asertif Pada Mahasiswa Aktivist Universitas Muhammadiyah Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Coopersmith, Stanley. 1967. *The Antecedents of Self Esteem*. San Fransisco: Freeman and Company.
- Gomez, T., Quinones-Camacho, L., & Elizabeth, D. (2018). Building a sense of self: The link between emotion regulation and self-esteem in young adults. UC Riverside
- Greenberg, L. S. (2007) Emotion coming of age. *Clinical Psychology: Science and Practice, 14*(4), 414-421
- Gross, J. J (2008). Emotion and Emotion regulation: Personality processes and individual differences. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds). *handbook of personality: Theory and research* (pp. 701-724). The Guilford Press
- Gross, J. J. (2014) Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundation. In J. J. Gross (Ed), *Handbook of Emotion Regulation, Second Edition*. New York: The Guilford Press.
- Gunawan, J (2017). the Correlation Between Students Self-Esteem and Speaking Achievement of Undergraduate Efl Students of English Education Study Program of Islamic State University of Raden Fatah Palembang. *Edukasi: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran, 4*(1), 1-10
- Hessler, D.M. & Katz, L.F. (2010). Brief report: associations between emotional competence and adolescent risky behavior. *Journal of Adolescence, 33*, 241-246
- Keliat, B.A (2010). *Model Praktik Keperawatan Profesional Jiwa*. Jakarta: EGC
- Mahadewi, Desak Putu Sinta; Fridari, I Gusti Ayu Diah. Peran harga diri dan kecerdasan emosional terhadap perilaku asertif mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana, [S.I]*, p. 134-144,
- Mandoa, F., Saud, H., & Reba, Y. A. (2021). Penyesuaian Diri Akademik Mahasiswa Ditinjau dari Regulasi

- Emosi dan Self-Esteem. *Psychocentrum Review*, 3(1), 119-127,
- Nurrahmah, N., Titin, P. F., & Radde, H. A. (2021). Harga Diri, Regulasi Emosi, dan Perilaku Asertif pada Mahasiswa. *journal.unibos.ac.id*.
<https://doi.org/10.56326/jpk.v1i1.1092>
- Proborini, R., & Septania, S., (2021) Adiksi Smartphone Ditinjau dari Attachment Orang Tua - Remaja dan Regulasi Emosi. *Insight :Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 17 (1), 74-78.
- Rosa, M. C. (2023, 8 November). Tak Terima Ditegur Merokok, Siswa SMK Pukul Guru di Bima Berujung Dikeluarkan dari Sekolah Halaman all - Kompas.com. *KOMPAS.com*
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence. Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Anak* (Edisi Kesebelas): Jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono, (2021). Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D,. *Journal of Business Theory and Practice*, 10(2)
- Suryabrata, Sumadi. 2011. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Rajawali Press.
- Suryabrata, Sumadi. 2011. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press.
- Thompson, R.A., Emotion Regulation: A Theme in Search of Definition, *Monographs of the Society for Resaerch in Child Development*, vol. 59 no 2/3, 1994