**HUBUNGAN ANTARA KOMUNIKASI INTERPERSONAL ORANG**

**TUA-ANAK DENGAN REGULASI EMOSI PADA MAHASISWA**

**SEMESTER AWAL YANG**

# MERANTAU

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENT CHILD INTERPERSONAL**

**COMMUNICATION AND EMOTION REGULATION IN EARLY SEMESTER**

# STUDENTS WHO MIGRANT

**Chandrika Yusmiar Kuncoro1, Sheilla Varadhila Peristianto2**

Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Chandrikayk24@gmail.com

Sheilla@mercubuana-yogya.ac.id

# Abstrak

Penelitian ini bertujuan unuk mengetahui hubungan antara komunikasi interpersonal orang tua-anak dengan regulasi emosi pada mahasiswa semester awal yang merantau. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara komunikasi interpersonal orang tua-anak dengan regulasi emosi pada mahasiswa semester awal yang merantau. Jumlah subjek penelitian ini sebanyak 75 mahaiswa semester awal yang merantau, yang terdiri dari 44 orang laki-laki (58,7) dan 31 perempuan (41,7). Pengambilan data penelitian ini menggunakan skala komunikasi interpersonal orantua-anak yang dimodifikasi dari penelitian Meilianingrum (2014) dan regulasi emosi yang dimodifikasi dari skala *Difficulties Emotion Regulation Scale* (DERS). Teknis analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment.* Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (rxy)= 0.473 (p < 0.01). Dari hasil perhitungan nilai determinasi (R2) diketahui kontribusi komunikasi interpersonal orang tua-anak terhadap regulasi emosi yaitu sebesar 22,3% sedangkan 77,7% yang mempengaruhi regulasi emosi pada mahasiswa semester awal yang merantau dipengaruhi oleh faktor lainnya.

**Kata kunci:** komunikasi interpersonal orang tua-anak dan regulasi emosi

***Abstract***

*This study aims to determine the relationship between parent-child interpersonal communication and emotional regulation in early semester students who migrate. The hypothesis proposed is that there is a positive relationship between parent-child interpersonal communication and emotional regulation in early semester students who migrate. The number of subjects in this study were 75 early semester students who migrated, consisting of 44 males (58.7) and 31 females (41.7). The data of this study used parent-child interpersonal communication, the decisions from the research of Meilianingrum (2014) and emotion regulation were taken from the difficulty scale of the Emotion Regulation Scale (DERS). The data analysis technique used is product moment correlation. Results Based on data analysis obtained correlation coefficient (rxy) = 0.473 (p < 0.01). From the results of the calculation of the value of determination (R2), it is known that the contribution of parent-child interpersonal communication to emotion regulation is 22.3%, while 77.7% which affects emotion regulation in the early semesters that affect other factors.*

***Keywords:*** *parent-child interpersonal communication and emotion regulation*

**PENDAHULUAN**

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses belajar atau menimba ilmu dan terdaftar pada perguruan tinggi baik itu perguruan tinggi akademik, politeknik, sekolah tinggi dan institut (Hartaji, 2012). Perguruan tinggi yang tersebar di seluruh Indonesia dengan total 4600 perguruan tinggi menjadikan setiap mahasiswa memiliki banyak pilihan jika ingin menempuh pendidikan lanjutan. Maka dari itu, tidak sedikit mahasiswa yang akhirnya memilih untuk merantau dari daerah asal ke daerah tujuan dengan tujuan untuk menimba ilmu di perguruan tinggi yang diinginkan. Ismira, dkk (2013) mengemukakan bahwa merantau adalah meninggalkan daerah asal karena keinginan diri sendiri dalam jangka waktu yang lama dengan tujuan tertentu seperti menuntut ilmu atau mencari pengalaman, namun suatu saat akan kembali ke daerah asal, sehingga bisa disimpulkan bahwa mahasiswa semester awal yang merantau adalah seseorang yang meninggalkan daerah asal dengan tujuan untuk belajar atau menimba ilmu dan terdaftar pada perguruan tinggi di daerah tujuan. Mahasiswa semester awal atau bisa disebut juga sebagai mahasiswa tahun pertama merupakan mahasiswa yang terdaftar di perguruan tinggi yang sedang menempuh pendidikan pada semester satu dan dan semester dua perkuliahan.

Gunarsa & Gunarsa (2004) mengemukakan bahwa setiap mahasiswa memiliki tantangan tersendiri saat baru pertama kali memasuki dunia perkuliahan, mulai dari perubahan sifat pendidikan, perbedaan dalam hubungan sosial pemilihan bidang studi atau jurusan dan masalah ekonomi. Hal ini menyebabkan mahasiswa perlu melakukan beberapa proses penyesuaian diri. Thurber & Walton (2012) menyebutkan bahwa salah satu permasalahan yang mungkin timbul pada masa penyesuaian mahasiswa semester awal yang merantau yaitu *homesickness* yang merupakan kondisi yang terjadi akibat terpisahnya mahasiswa dengan rumah, keluarga atau objek lekat tertentu. Selain itu, permasalahan lain yang mungkin dialami mahasiswa adalah kesulitan mengatur keuangan dan mencari teman yang sesuai di daerah yang baru (Eliza, 2018).

Govaerst & Gregoire (2004) juga menyatakan bahwa permasalahan mahasiswa bisa berasal dari beratnya beban studi yang terdiri dari beban tugas akademis dan ujian, kompetisi antar mahasiswa dan tuntutan waktu. Sebanyak 34% mahasiswa menganggap kegiatan perkuliahan merupakan sumber stres, dan 41% mahasiswa menganggap bahwa tugas akademik merupakan stressor yang paling besar. Berbagai situasi dan stressor baru yang dihadapi oleh mahasiswa seringkali menimbulkan emosi negatif seperti rasa marah, sedih, kecewa dan tertekan. Selain itu, saat menghadapi situasi baru yang menyulitkan, mahasiswa bisa mengalami ketidakstabilan emosi yang menyebabkan rasa rendah diri, mudah marah, tersinggung dan lebih sensitif (Rafidah dkk., 2015).

Heiman & Kariv (2005) lebih lanjut menjelaskan bahwa ketidakstabilan emosi akan menyebabkan tindakan yang kurang tepat sehingga memunculkan dampak negatif pada beberapa aspek seperti: a) aspek kognitif yaitu menjadi sulit berkonsentrasi, memahami dan mengingat sesuatu; b) aspek emosional yaitu menjadi sulit memotivasi diri sendiri, muncul perasaan cemas, sedih, marah dan frustasi; c) aspek fisiologis yaitu adanya gangguan kesehatan dan daya tahan tubuh yang menurun terhadap penyakit; d) aspek perilaku yaitu menjadi suka menundanunda menyelesaikan tugas kuliah, sering absen, dan mencari kegiatan lain yang menimbulkan rasa senang namun secara berlebihan. Berdasarkan beberapa permasalahan yang bisa ditimbulkan pada masa penyesuaian mahasiswa semester awal yang merantau dengan situasi baru maka bisa dikatakan bahwa beban dan tanggung jawab mahasiswa di perguruan tinggi bukan hal yang mudah. Studi lanjutan di perguruan tinggi mewajibkan para mahasiswa untuk memiliki energi yang lebih secara fisik, psikis, dan finansial untuk menunjang tujuannya dalam belajar (Abouserie, 1994). Kemampuan mengelola emosi khususnya emosi negatif merupakan salah satu aspek dalam kehidupan yang perlu diperhatikan oleh mahasiswa yang merantau agar terhindar dari dampak negatif yang disebabkan oleh berbagai permasalahan yang muncul pada semester awal. Kemampuan mengelola emosi yang baik akan membantu individu berpikir lebih positif dalam menghadapi suatu masalah, sedangkan kemampuan mengelola emosi yang buruk akan membuat individu akan lebih mudah memiliki pikiran dan menampilkan emosi negatif (Choirunissa, 2018).

Dengan kemampuan mengelola emosi yang baik, mahasiswa selanjutnya diharapkan mampu menyesuaikan diri di tengah-tengah perubahan untuk menghadapi kesulitan agar tetap dapat mengembangkan dirinya dengan baik sesuai dengan kompetensi yang dimiliki (Alfian, 2014). Selain itu, mahasiswa juga diharapkan mampu mengelola atau meregulasi emosinya sehingga ketika menghadapi masalah, mahasiswa tidak mengalami afeksi negatif yang berlebihan (Pertiwi, 2019). Hal ini selaras dengan pernyataan Jannah (2015) yang mengungkapkan bahwa kemampuan dalam mengelola emosi dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengontrol dirinya sehingga dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Kemampuan untuk mengatur, menilai, mengatasi, mengelola dan mengungkapkan emosi yang tepat untuk mencapai keseimbangan sosial disebut dengan regulasi emosi (Gross, 2002). Lebih lanjut Campos, Frankel & Camras (2004) mengemukakan bahwa regulasi emosi merupakan modifikasi dari semua proses yang terjadi pada manusia yang menghasilkan berbagai bentuk emosi baik yang tidak tampak maupun yang termanifestasi dalam perilaku. Di kehidupan manusia, regulasi emosi memiliki peran yang besar dalam memproses berbagai bentuk emosi sehingga bisa tercermin pada perilaku atau sikap seseorang.

Gross (2007) mengemukakan bahwa regulasi emosi memiliki tiga aspek yaitu aspek kemampuan mengontrol emosi yang berfokus pada pengalaman yang pernah dirasakan oleh individu terkait kemampuan mengontrol emosi negatif, positif dan perilaku yang dimuncukan. Aspek kedua yaitu kemampuan mengenali emosi secara sadar karena regulasi yang baik dimulai dari adanya kesadaran terhadap emosi yang dirasakan namun tetap bisa mengontrol dan mampu menunjukkan respon yang sesuai. Aspek ketiga adalah kemampuan mengatasi tekanan yang ditandai dengan kemampuan menerapkan regulasi emosi sebagai salah satu strategi *coping* ketika berhadapan dengan situasi atau peristiwa yang menekan.

Penelitian oleh Sharma (2012) terhadap 50 mahasiswa semester awal dan 50 mahasiswa semester akhir di sebuah perguruan tinggi India menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi pada mahasiswa semester awal masih kurang matang sehingga mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri secara emosional dan sosial terhadap tuntutan perubahan lingkungan dan menghadapi kesulitan akademis jika dibandingkan dengan mahasiswa tingkat akhir. Adanya berbagai macam tuntutan tersebut dapat membuat mahasiswa merasa lelah, sedih, kesal, gelisah, dan marah. Respon emosional dari stress yang dialami akan membuat mahasiswa mengalami penurunan konsentrasi, menjadi mudah khawatir, berpikir negatif, mengalami penurunan rasa humor, sulit membuat keputusan, *mood* menjadi tidak menentu, dan menjadi lebih pelupa. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi mahasiswa semester awal masih rendah sehingga menimbulkan banyak dampak negatif saat masa penyesuaian dengan tuntutan yang baru.

Hal ini sejalan dengan hasil wawancara awal yang telah dilakukan peneliti terhadap tiga mahasiswa semester awal yang merantau, yang menunjukan bahwa ketiga responden tersebut memiliki regulasi emosi yang rendah. Hal ini diungkap menggunakan aspek-aspek regulasi emosi yang dikemukakan oleh Gratz & Roemer, 2004 yaitu: a) kesadaran dan pemahaman emosi, yaitu kemampuan individu dalam mengontrol dan memodifikasi emosi sehingga perilaku yang ditunjukan lebih sesuai; b) penerimaan emosi, merupakan kemampuan individu untuk menerima dan tidak merasa malu atas emosi negatif yang dirasakan akibat suatu peristiwa atau permasalahan; c) perilaku yang bertujuan, yaitu kemampuan individu dalam mengontrol emosi negatif, tetapi tetap dapat melakukan aktivitas dengan baik; d) strategi regulasi emosi, yaitu kemampuan individu untuk mengatasi suatu permasalahan secara efektif.

Ketiga responden mahasiswa semester awal yang merantau mengatakan bahwa tidak bisa memahami diri sendiri ketika sedang banyak masalah sehingga akan merasa gelisah dan khawatir secara berlarut-larut, hal ini berkaitan dengan aspek kesadaran dan pemahaman emosi. Pada aspek kedua yaitu penerimaan emosi, ketiga responden mengatakan sering merasa bersalah dan menyesal jika sudah marah terhadap lingkungan sekitarnya terutama teman ketika mengalami permasalahan. Di awal masa kuliah, dua dari tiga responden juga sering merasa tidak bisa berkonsentrasi terhadap hal-hal yang sedang dikerjakan saat sedang merasa kesal, hal ini berkaitan dengan aspek perilaku yang bertujuan. Ketiga responden juga mengatakan bahwa ketika sedang marah atau kesal, responden sulit menemukan solusi yang tepat agar bisa merasa lebih baik sehingga perasaan negatif cenderung bertahan lama, hal ini berkaitan dengan aspek strategi regulasi emosi.

Regulasi emosi dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu yang pertama faktor umur dan jenis kelamin. Salovey (2004) mengatakan perempuan berumur 7-17 tahun akan cenderung lebih cepat melupakan emosi yang menyakitkan jika dibandingkan dengan anak laki-laki seumurannya, hal ini dikarenakan anak perempuan cenderung memiliki regulasi emosi negatif dengan cara mencari dukungan dan perlindungan secara emosional saat menghadapi peristiwa yang menekan. Berbeda dengan anak laki-laki yang cenderung menggunakan latihan fisik sebagai cara untuk meregulasi emosi yang dirasakan.

Faktor kedua yaitu hubungan anak dengan lingkungan sekitar berupa kesulitan dan hambatan yang dirasakan individu dari lingkungan yang akan mempengaruhi regulasi emosi. Jika individu terlalu banyak mendapatkan kesulitan dan hambatan saat ingin mencapai tujuan tertentu maka emosi negatif akan terus dirasakan, sebaliknya jika individu tidak banyak mendapatkan kesulitan dan hambatan maka individu akan merasakan lebih banyak emosi positif. Faktor yang terakhir yaitu komunikasi interpersonal anak dengan orang tua yang mampu menghasilkan emosi negatif atau positif dan mempengaruhi secara langsung kemampuan regulasi emosi pada anak. Orang tua yang bersosialisasi secara langsung dengan anak akan membuat anak merasa dicintai sehingga cara anak dalam menunjukkan emosinya di lingkungan sosial lebih sesuai (Nisfiannoor & Kartika, 2004).

Pada penelitian ini peneliti memilih faktor komunikasi interpersonal anak dengan orang tua. Komunikasi interpersonal memiliki banyak fungsi, salah satunya adalah untuk menghilangkan tekanan emosional dan stress (Mulyana, 2005). Komunikasi interpersonal orang tua dan anak juga merupakan suatu hal yang sangat penting, dimana komunikasi berfungsi sebagai alat atau sebagai media penjembatan dalam hubungan antara anak dengan orang tua (Paramitha, 2014). Dampak dari regulasi emosi yang rendah pada mahasiswa yaitu mahasiswa akan mengalami kesulitan untuk melakukan modifikasi terhadap emosi yang dirasakan dalam proses menyelesaikan masalah karena ketidakmampuan dalam mengendalikan emosi serta sulit memahami kejadian yang dialami (Roberton, Daffern & Bucks, 2012).

Choirunissa & Ediati (2018) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal antara orang tua dan anak merupakan aspek yang penting bagi perkembangan emosi anak karena orang tua merupakan tempat anak pertama kali belajar mengenai cara berkomunikasi dan bersosialisasi dengan orang lain. Komunikasi interpersonal yang efektif antara orang tua dan anak yang menerapkan aspek keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif dan kesetaraan akan membuat anak merasa dihargai dan membantu anak untuk mencapai kematangan emosi dalam bertindak

(Hurlock, 2014). Lebih lanjut, anak yang mampu terbuka menyampaikan masalah dan kendala yang dihadapinya serta orang tua yang mampu menghargai dan empati dalam menerima pesan yang berisi luapan emosi anak serta memberikan dukungan dan sikap yang positif akan membuat anak mengerti dinamika kehidupan yang sedang dialami. Selain itu dalam pola komunikasi interpersonal orang tua-anak, anak akan belajar mengenai respon orang tua saat berkomunikasi.

Parke (1994) menyatakan sikap orang tua saat berkomunikasi dengan anak cenderung mempengaruhi cara anak meregulasi emosinya. Jika saat berkomunikasi orang tua sering berteriak dan menampakkan muka marah maka anak akan cenderung menunjukkan emosi yang sama saat berkomunikasi, begitu pula sebaliknya, saat orang tua menampilkan emosi dan sikap yang positif seperti terlihat tenang dan mampu berpikir jernih untuk membantu menemukan solusi atas permasalahan anak, maka anak akan cenderung untuk tetap tenang dan tidak menyalahkan keadaan atas permasalahan yang terjadi. Model belajar ini akan dibawa oleh anak sepanjang hidupnya dan dapat mengakibatkan cara regulasi emosi yang salah sehingga cenderung tidak adaptif untuk menyelesaikan sebuah permasalahan (Desiatnikov, 2014). Regulasi emosi yang rendah perlu untuk ditingkatkan karena dengan dimilikinya kemampuan dalam meregulasi emosi dapat mendorong mahasiswa untuk memiliki keyakinan pada diri sendiri, tidak bergantung pada orang lain, serta menyadari kekuatan dan keterbatasan diri (Yusuf & Kristiana, 2017). Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara komunikasi interpersonal orang tua-anak dengan regulasi emosi pada mahasiswa semester awal yang merantau.

# METODE

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester awal ( semester 1 dan 2) yang merantau berjumlah 75 orang. metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert.* Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala komunikasi interpersonal orang tua-anak dan skala regulasi emosi, dengan aitem-aitem skala yang dibagi dalam dua kelompok yaitu *favorable* dan *unfavorable.* Skala regulasi emosi terdiri dari 35 aitem dengan koefisien aitem total (Rxx) daya beda aitem bergerak dari rentang 0,252 sampai dengan 0,874.Skala komunikasi interpersonal terdiri dari 29 aitem dengan koefisien aitem-total (Rxx) daya beda aitem bergerak dari rentang 0,244 sampai dengan 0,769 Berdasarkan hasil perhitungan dari skala regulasi emosi diperoleh koefisien reliabilitas alpha (α) 0,952. Skala komunikasi interpersonal orang tua-anak diperoleh koefisien reliabilitas alpha (α) 0,906. Metode analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment.*

Keseluruhan data dianalisis menggunakan program analisis data

# HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian berdasarkan analsis korelasi *product moment* diperoleh nilai korelasi (rxy) sebesar r = 0,473 dan p < 0,01. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara komunikasi interpersonal orang tua-anak dengan regulasi emosi pada mahasiswa semester awal yang merantau. Hasil analisis tersebut sesuai dengan hipotesis yang telah diajukan peneliti bahwa semakin tinggi komunikasi interpersonal orang tua-anak, maka semakin tinggi pula regulasi emosi pada mahasiswa semester awal yang merantau dan sebaliknya semakin rendah komunikasi interpersonal orang tua-anak maka semakin rendah pula regulasi emosi pada mahasiswa semester awal yang merantau.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Moitra & Mukhherjee (2018) yang menyatakan bahwa persepsi anak terhadap kepuasan komunikasi interpersonal orang tua-anak memberi sumbangan yang signifikan

terhadap regulasi emosi anak. Lebih lanjut, anak yang merasa kurang puas terhadap komunikasi dengan orang tuanya akan cenderung mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi karena komunikasi anak dengan orang tua kurang efektif. Selanjutnya hasil penelitian Choirunissa &

Ediati (2018) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal orang tua-anak mempengaruhi regulasi emosi karena komunikasi interpersonal yang mengandung aspek keterbukaan, menurut Nirwana (2012) bahwa keterbukaan mempengaruhi regulasi emosi anak karena ketika berkomunikasi anak akan memberi pesan, pendapat, sikap atau perasaan yang disampaikan sehingga orang tua menjadi tahu apa yang sedang anak rasakan. Sehingga membuat anak akan memahami situasi-situasi yang menyebabkan emosinya sehingga anak bisa memahami dinamika emosi yang sedang dialami.

Selanjutnya aspek empati menurut (Elisabeth, Stephanie & hartanti, 2020) menyatakan bahwa empati mempengaruhi regulasi anak karena orang tua yang mampu memahami perasaan yangs sedang dirasakan anak, anak akan cenderung merasa dirinya diterima. Dengan begitu orang tua yang empati terhadap anak, akan membantu mengembangkan emosi pada anak. Sehingga anak bisa mampu dan menerapkan regulasi emosi dalam menangani permasalahan. Selanjutnya aspek sikap mendukung menurut Crandall, dkk (2015) menyatakan bahwa sikap mendukung mempengaruhi regulasi emosi anak karena orang tua yang responsif akan mengenali isyarat emosional anak dan merespon dengan dukungan. Dukungan yang dapat diberikan orang tua saat berkomunikasi dengan anak seperti membantu anak mengidentifikasi emosi yang dirasakan, membantu menyelesaikan masalah dibarengi dengan memberikan iklim emosional yang nyaman terbukti mampu memfasilitasi perkembangan regulasi emosi anak dengan baik (Gottman, Katz & Hooven, 2000).

Aspek selanjutnya yaitu sikap positif menurut Houltberg, dkk (2009) menyatakan bahwa sikap positif yang dapat ditunjukkan oleh orang tua saat berkomunikasi dengan anak yaitu seperti memberi aturan dan batasan yang jelas mampu membantu anakanak untuk mengetahui apa yang diharapkan mengenai cara mengekspresikan emosi di rumah. Selain itu, sikap positif yang dapat ditunjukkan orang tua saat berkomunikasi dengan anak yaitu seperti tersenyum dan menampilkan wajah ceria memiliki hubungan yang berkebalikan dengan level kemarahan anak (Robinson, dkk 2009). Pernyataan tersebut menandakan bahwa ketika orang tua menunjukkan iklim emosional yang positif, anak akan secara otomatis merasa nyaman dengan iklim yang ada dan mampu menunjukkan pengelolaan emosi serupa seperti orang tua karena pada dasarnya anak masih sering mempelajari perilaku baru melalui teknik *modelling*, dengan begitu sikap positif akan membantu anak-anak untuk mengekspresikan emosi dengan cara yang dapat diterima secara sosial. Aspek yang terakhir menurut Harlock (2014) bahwa kesetaraan memliki pengaruh terhadap regulasi anak karena akan membuat anak merasa dihargai, bernilai dan membantu anak mencapai kematangan emosi yang nantinya akan mempengaruhi sikap serta perilaku individu dalam bertindak.

Berdasarkan gambaran deskripsi data subjek penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat 44 subjek (58,7%) berjenis kelamin laki-laki dan 31 subjek (41,7%) berjenis kelamin perempuan. Tingkatan kuliah yang ditempuh subjek yaitu semester 2 sebanyak 75 subjek (100%). Usia subjek terdiri dari usia 18 tahun sebanyak 3 subjek (4%), 19 tahun sebanyak 16 subjek (21,3%), 20 tahun sebanyak 13 subjek (56%) dan 21 tahun sebanyak 14 subjek (18,6%).

Berdasarkan sumbangan efektivitas pada penelitian ini, komunikasi interpersonal orang tua-anak mempengaruhi regulasi emosi pada mahasiswa yang merantau sebanyak 22,3% sehingga masih terdapat variabel lain yang mempengaruhi regulasi emosi sebesar

77,7%, misalnya citra diri, kondisi fisik dan hubungan anak dengan lingkungan sekitar (Hartono, 2016). Adapun hasil kategorisasi dari skala komunikasi interpersonal orang tua-anak dengan kategori rendah sebanyak 1 subjek (1%), kategori sedang sebanyak 62 subjek (83%), dan kategori tinggi sebanyak 12 subjek (16%). Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa mahasiswa semester awal yang merantau dan menjadi subjek dalam penelitian ini termasuk dalam kategori sedang yang memiliki arti bahwa mahasiswa memiliki komunikasi interpersonal yang cukup baik dengan orang tuanya, saling bertukar informasi, meluapkan emosi dan mengkomunikasikan berbagai permasalahan yang dimiliki.

Selanjutnya berdasarkan hasil kategorisasi subjek dapat diketahui bahwa tingkat regulasi emosi pada mahasiswa semester awal yang merantau dengan kategori rendah sebanyak 25 subjek (33,3%), kategori regulasi emosi sedang sebanyak 50 subjek (66,7%), dan kategori regulasi emosi tinggi sebanyak 0 subjek (0%). Dapat disimpulkan dari hasil kategorisasi skor regulasi emosi, 67% subjek memiliki regulasi emosi yang cukup baik yang ditandai dengan skor regulasi emosi di kategori sedang dan sisanya sebanyak 33% subjek masih mengalami kesulitan regulasi emosi yang ditandai dengan skor regulasi emosi di kategori rendah. Menurut Makmuroch (2014), seseorang yang memiliki regulasi emosi yang tinggi mampu memahami situasi dan mengubah pikiran atau penilaiannya tentang situasi yang sedang dihadapinya secara positif, sehingga menghasilkan reaksi emosional yang positif. Sedangkan seseorang yang memliki regulasi rendah akan cenderung berpikir negatif ketika menghadapi suatu peristiwa dan memicu sesorang bersikap tidak asertif (Silaen & Kartika, 2015).

Berdasarkan hasil kategorisasi komunikasi interpersonal orang tua-anak dan regulasi emosi dapat dilihat bahwa, menurut Hidayat (2012) hubungan antara orang tua dengan anak terjalin melalui adanya komunikasi interpersonal antara orang tua-anak dan akan membentuk suatu relasi yang kokoh antara orangtua dan anak. Anak yang merasa diberi perhatian dan dukungan dari orang tuanya akan memiliki kematangan emosi yang baik. Individu yang memliki kematangan emosi akan mampu meregulasi emosinya yaitu kemampuan dalam memahami emosi yang dirasakan, menstabilkan dan memodifikasi emosiemosi negatif yang ada di dalam dirinya sehingga mampu mengekspresikan reaksi emosional dengan stabil (Hurlock, 2014).

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara komunikasi interpersonal orang tua-anak dengan regulasi emosi pada mahasiswa semester awal yang merantau, dimana semakin tinggi komunikasi interpersonal yang dimiliki oleh mahasiswa semester awal yang merantau, maka semakin tinggi pula regulasi emosi mahasiswa yang merantau. sebaliknya semakin rendah komunikasi interpersonal yang dimiliki oleh mahasiswa semester awal yang merantau, maka semakin rendah pula regulasi emosi mahasiswa yang merantau. kemudian hasil dari kategorisasi diketahui bahwa mahasiswa semester awal yang merantau memiliki tingkat komunikasi interpersonal orang tua-anak yang rendah sebanyak 1 subjek (1%), sedang sebanyak 62 subjek (83%), dan tinggi sebanyak 12 subjek (16%). Hasil kategorisasi mahasiswa semester awal yang merantau memiliki tingkat regulasi emosi rendah sebanyak 25 subjek (33,3%), sedang sebanyak 50 subjek (66,7%), dan tinggi sebanyak 0 subjek (0%). Sedangkan sumbangan dari hasil perhitungan nilai determinasi (R2) diketahui kontribusi komunikasi interpersonal orang tua-anak terhadap regulasi emosi yaitu sebesar 22,3% dan sisanya 77,7% yang mempengaruhi regulasi emosi pada mahasiswa semester awal itu diluar dari komunikasi interpersonal orang tua-anak.

**DAFTAR PUSTAKA**

A. Thurber, C., & A. Walton, E. (2012). Homesickness and adjustment in University Students. Journal of American College Health, 60 (5).

Abouserie, R. (1994). Sources and levels of stress in relation to locus of control and

self-esteem in university students. Educational Psychology, 14 (3), 323–330.

Agung, I Gusti Ngurah. (2006). Statistika penerapan model rerata sel multivariat dan model ekonometri dengan SPSS. Jakarta: Yayasan SAD Satria Bhakti.

Azwar, Saifuddin. (2016). Metode penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Berns, Roberta. M. (2007). Child, family, school, community, sosialization and support. 7th ed. Belmont:Thomson Higher education.

Campos, J. J., Frankel, C. B., & Camras, L. (2004). On the nature of emotion regulation. Child Development, 75, 377–394.

Cohen, L., Lawrence, M., Keith, M. (2007). Metode penelitian dalam pendidikan. New York: Routledge.

Cole, P.M., Martin, S.E., & Dennis, T.A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct methodological challenges and directions for child development research. Child development, 75 (2), 317-333.

Crandall, A., Deater-Deckard, K., & Riley, A. W. (2015). Maternal emotion and cognitive control capacities and parenting: A conceptual framework. Developmental Review, 36, 105–126. https://doi.org/ 10.1016/j.dr.2015.01.004.

Desiatnikov, A. (2014). Emotion regulation in adolescents. Journal of clinical psychology, 1(1), 50-60.

DeVito, Joseph. A. (2013). Komunikasi antar manusia. Jakarta: Professional Books.

DeVito, Joseph. (2008). The interpersonal communication book 13th Edition. Newyork: Pearson.

Dwi Rahmadani Indra. (2018). Hubungan antara komunikasi interpersonal dalam keluarga dengan regulasi emosi pada remaja. Skripsi thesis, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim RiauEisenberg, N & Morris, A. S. (2002). Children’s emotion-related regulation. In R. Kail (Ed.), Advances in Child Development and Behavior (hal. 190–229 vol. 30,). San Diego, CA: Academic Press.

Elisabeth, M. Stephanie, T. Hartanti (2020). Regulasi emosi untuk peningkatan perilaku prososial pada Remaja di wahana visi indonesia kota surabaya. Jurnal Bimbingan dan Konseling, 5 (1), 76-78.

Eliza & Ilyas. (2018). Sistem pendukung pengambilan keputusan tingkat kepuasan mahasiswa terhadap dosen. Jurnal sistemasi sistem informasi, 7 (2).

Farahati, M. (2011). Relationship between family communication patterns with locus of kontrol, self-esteem, shyness and communication skills in adolescents. European Psychiatry, 26 (1), 282.

Feldt, R. C., Graham, M., & Dew, D. (2011). Measuring adjustment to college: Construct validity of the student adaptation to college questionnaire. measurement and evaluation in counselingand development, 44, (2), 92-104.

Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (2000). Parental metaemotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. Journal of Family Psychology, 10, 243–268. <https://doi.org/10.1037/0893>[3200.10.3.243.](https://doi.org/10.1037/0893-3200.10.3.243)

Govaerst, S & Gregoire, J (2004). Stressfull academic situations: study on appraisil variables in adolesence. British Journal of Clinical Psycology, 54. 261-271.

Gratz, K.L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. Journal of psychopathology and behavioral assessment, 26(1), 41-54.

Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitve, and social consequences. Jurnal

Psychophysiology. 39 (2002), 281291.

Gross, J. J. (2007). Handbook of motion regulation. New York: The Guilford Press.

Gunarsa, S. D., Gunarsa Y. S. (2004). Psikologi anak, remaja, dan keluarga. Jakarta: BPK Gunung Mulia

Hartaji, Damar A. (2012). Motivasi berprestasi pada mahasiswa yang berkuliah dengan jurusan pilihan orang tua. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.

Hartono, Mulyanto (2016). Penerapan komunikasi interpersonal pustakawan dalam melayani pengunjung perpustakaan kota samarinda. E-Jurnal Ilmu Komunikasi, 4 (1), 554.

Heiman dan Kariv. (2005). Task-Oriented versus emotion-oriented coping strategies: the case of college students. College Student Journal, 39 (1). 72-89.

Helviana, Mira (2017). Hubungan antara culture shock dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau di daerah Yogyakarta (Studi pada mahasiswa kabupaten pelalawan). Skripsi thesis, Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Herdiansyah, Pratama. (2011). Pola hubungan komunikasi interpersonal orang tua dengan anak terhadap motivasi berprestasi pada anak (studi pada SDN 01 pagi cipulir kebayoran lama Jakarta). Skripsi. Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

Houltberg, B. J., Morris, A. S., Cui, L., Henry, C. S., & Criss, M. M. (2016). The role of youth anger in explaining links between parenting and early adolescent prosocial and antisocial behavior. The Journal of Early Adolescence, 36, 297–318. https://doi.org/10.1177/ 0272431614562834.

Hurlock, B. E. (2014). Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Erlangga: Jakarta.

Ismira., Ahman., Mamat, S. (2018). Educational value in “merantau” culture of minangkabau ethnic, Indonesia. Jurnal Bimbingan dan Konseling, 7 (2), 78-84.

Jannah, M. R. (2015). Regulasi emosi dalam menyelesaikan masalah remaja. Talenta Psikologi, 4(1), 615.

Kail, R.V. & Cavanaugh, J.C. (2015). Human development: A life-span views. (7th edition). Boston: Wadsworth, Cengage Learning.

Kemdikbud (2020). Pangkalan data pendidikan tinggi. Diakses dari [https://pddikti.kemdikbud.go.id/.](https://pddikti.kemdikbud.go.id/)

Kiong, M. (2015). Mindful parenting. Jakarta: Kemendikbud.

Kring, A.M. & Sloan, D.M. (2010). Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment. New York: The Guildford Press.

Lunkenheimer E. S, Shields A. M, Cortina K. S. (2007) Parental emotion coaching and dismissing in family interaction. Social development. Published online May 2007:232248. doi:[10.1111/j.1467-9507.2007. 00382.x.](https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00382.x)

Makmuroch. (2014). Keefektifan pelatihan ketrampilan regulasi emosi terhadap penurunan tingkat ekspresi emosi pada caregiver pasien skizofrenia di rumah sakit jiwa daerah Surakarta. Jurnal Psikologi, 6, 1334.

Meilianingrum. (2014). Korelasi komunikasi interpersonal orang tua– Anak dengan motivasi berprestasi siswa di SMA Negeri 1 Ngemplak. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.

Mohammad Alfian (2014). Regulasi emosi pada mahasiswa suku jawa, suku banjar, dan suku bima. Jurnal ilmiah psikologi terapan, 2 (2), 263.

Moitra, T., & Mukherjee, I. (2012). Parentadoslencent communication and delinquency: Acomparative study in Kolkata, India. Europe’s Journal of Psychology. 8(1), 74-94. doi:10.5964/ejop. v8i1.299.

Mönks, F.J., Knoers, A.M.P., & Haditono, S.R. 2008. Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Morris AS, Silk JS, Steinberg L, Myers SS, Robinson L. R. (2007) The role of the family context in the development of emotion regulation. Social development. Published online May 2007:361-388. doi:[10.1111/j.1467-9507.2007. 00389. x.](https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x)

Mudhovozi, Pilot. (2012). Social and academic adjustment of first-year university students. Journal Social Scienc. 33 (2), 251-259.

Mulyana, D. (2007). Ilmu komunikasi suatu pengantar. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Na’imah, N., Gantina, K., Eka, W. (2016). Gambaran permasalahan sosial mahasiswa, Universitas Negeri Jakarta (survei terhadap mahasiswa strata 1 angkatan 2013-2015). Insight: Jurnal Bimbingan Konseling, 5 (1).

Nasution, A. M. Nataya. (2019). Efektivitas acceptance-commitment therapy untuk eningkatkan kemampuan regulasi emosi pada remaja korban kekerasan. Thesis. Magister psikologi Universitas Sumatera Utara Medan.

Nirwana, Herman (2012). Pengungkapan diri siswa sekolah menengah dan implikasinya bagi konseling. Jurnal Ilmu Pendidikan, 18 (1), 1-7.

Nisfiannoor, M., & Kartika, Y. (2004). Hubungan antara regulasi emosi dan penerimaan kelompok teman sebaya pada remaja. Jurnal Psikologi, 2(2), 160-178.

Nugraheni, M. (2020). Penyesuaian mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi: studi pada mahasiswa fakultas psikologi uksw. [Journal of Psychological Science and Profession,](https://www.researchgate.net/journal/Journal-of-Psychological-Science-and-Profession-2614-2279) 4 (2), 73. DOI: [10.24198/jpsp.v4i2.26681.](http://dx.doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26681)

Paramitha, D. A. (2014). Komunikasi interpersonal orang tua dengan anak yang bertempat tinggal di rusunawa UPN “Veteran” Jawa Timur dalam membangun motivasi belajar anak. Skripsi. Universitas Pembangunan Nasional “VETERAN”. Jawa Timur.

Parke RD. (1994) Progress, Paradigms, and unresolved problems: A commentary on recent advances in our understanding of children’s emotions. Merrill-Palmer Quarterly. 1994;40(1):157-169.

Pertiwi, Retno Dian (2019). Pola regulasi emosi mahasiswa baru pada jurusan bimbingan dan konseling fakultas ilmu pendidikan tahun akademik 2018/2019. Under Graduates thesis, Universitas Negeri Semarang.

Rafidah, R., Hasanah, N., & Pratiwi, A. (2015). Regulasi Emosi Mahasiswa Penyandang Tunarungu dalam Relasi dengan Kawan sebaya. Indonesian journal of disability studies, 2 (1). 43-51.

Roberton, T., Daffern, M., & Bucks, R.S. (2012). Emotion regulation and aggression. Aggresion and Violent Behavior, 17 (1), 72-82.

Robinson, L. R., Morris, A. S., Heller, S. S., Scheeringa, M. S., Boris, N. W., & Smyke, A. T. (2009). Relations between emotion regulation, parenting, and psychopathology in young maltreated children in out of home care. Journal of Child and Family Studies, 18 (4), 421–434. [https://doi.org/10.1007/s10826008-9246-6.](https://doi.org/10.1007/s10826-008-9246-6)

Sabatier, C., Dayana R. C., Mayilin, M. T., Olga, H., Jorge, P. S. (2017). Emotion regulation in children and adolescents: Concepts, prosses and infulences. Psicologia desde el Caribe, 34(1), 101-110.

Salovey, P. Brackett & Mayer, M.A. (2004). Emotional Intelligence. New York: National Professional Resources, Inc.

Sartika & Sulistyaningsih, W. (2012). Gambaran komunikasi interpersonal menantu dan mertua yang menggunakan adat rebu di budaya karo. Jurnal Psikologi, 1 (2), 81-86.

Sarwono, S. W. (2002). Psikologi sosial: Individu dan teori-teori psikologi sosial. Jakarta: PT. Balai Pustaka.

Sarwono, S. W. (2013). Psikologi Remaja. Jakarta: Rajawali Pers.

Shaffer, K. A. (2005). On the nature and function of emotion: A component process approach. In K. R. Scherer & P.E. Ekman (Eds 1.), Approaches to emotion (pp.293-317).

Shafira, Firda. (2015). Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Sharma, B. (2012). Adjustment and emotional maturityamong first year college students. Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology, 9 (3), 32–37.

Silaen. A.C & Kartika, S. D. (2015) Hubungan antara regulasi emosi dengan asertivitas (studi korelasi pada siswa di sma negeri 9 semarang). Jurnal Empati, 4 (2); 175-181.

Yusuf, P. M & Kristiana, I. F. (2017). Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial pada siswa sekolah menengah atas. Jurnal Empati, 7 (3); 98 -104.

Zubir, D.M. (2012). Hubungan antara psychological wellbeing dan college adjustment pada mahasiswa tahun pertama universitas indonesia. universitas indonesia. Skripsi, 1-3.