

**HUBUNGAN ANTARA KOMUNIKASI INTERPERSONAL
REMAJA-ORANGTUA DENGAN REGULASI EMOSI REMAJA
DI KOTA SALATIGA**

Maria Ranggadewi Puspitasari¹, Dewita Karema Sarajar²
mariaranggadewi@gmail.com¹, dewita.sarajar@uksw.edu²
Universitas Kristen Satya Wacana

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi remaja di Kota Salatiga. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada pentingnya kemampuan regulasi emosi pada masa remaja serta peran komunikasi interpersonal dalam keluarga sebagai salah satu faktor yang mendukung perkembangan emosional remaja. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan penelitian berjumlah 133 remaja berusia 15–17 tahun yang sedang menempuh pendidikan tingkat SMA di Kota Salatiga dan tinggal bersama orangtua. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan *Interpersonal Communication Inventory* (ICI) untuk mengukur komunikasi interpersonal dan *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) untuk mengukur regulasi emosi. Analisis data dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* dengan bantuan program SPSS versi 24. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi remaja ($r = 0,468$; $p < 0,05$). Nilai koefisien determinasi menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal remaja-orangtua memberikan kontribusi sebesar 21,9% terhadap regulasi emosi remaja. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin baik komunikasi interpersonal yang terjalin antara remaja dan orangtua, maka semakin baik pula kemampuan regulasi emosi yang dimiliki remaja. Implikasi penelitian ini menegaskan pentingnya membangun komunikasi yang terbuka, hangat, dan suportif dalam keluarga guna mendukung perkembangan emosional remaja secara optimal.

Kata Kunci: Komunikasi Interpersonal; Regulasi Emosi; Remaja; Orangtua; Keluarga.

ABSTRAK

This study aimed to examine the relationship between adolescent-parent interpersonal communication and adolescents' emotion regulation in Salatiga City. The study was motivated by the importance of emotion regulation during adolescence and the role of interpersonal communication within the family as a factor supporting adolescents' emotional development. This research employed a quantitative approach with a correlational design. Participants consisted of 133 adolescents aged 15–17 years who were enrolled in senior high school and lived with their parents. The sampling technique used was purposive sampling. Data were collected using the Interpersonal Communication Inventory (ICI) to measure interpersonal communication and the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) to assess emotion regulation. Data analysis was conducted using Pearson Product Moment correlation with the assistance of SPSS version 24. The results revealed a significant positive relationship between adolescent-parent interpersonal communication and adolescents' emotion regulation ($r = 0.468$; $p < 0.05$). The coefficient of determination indicated that adolescent-parent interpersonal communication contributed 21.9% to adolescents' emotion regulation. These findings suggest that better interpersonal communication between adolescents and their parents is associated with better emotion regulation abilities among adolescents. The implications of this study highlight the importance of fostering open, warm, and supportive communication within families to promote optimal emotional development among

adolescents.

Keywords: *Interpersonal Communication; Emotion Regulation; Adolescents; Parents; Family.*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan transisional yang penuh tantangan karena remaja mulai mengalami perubahan secara fisik, emosional, dan sosial. Papalia (2009) menyebutkan bahwa masa remaja adalah masa transisi yang kompleks dan penuh pergolakan, karena berkaitan dengan pencarian identitas, tekanan lingkungan, serta tuntutan sosial dan akademik yang meningkat. Di tahap ini, individu mulai membentuk jati diri dan kemampuan beradaptasi secara emosional menjadi sangat penting. Salah satu aspek penting dalam perkembangan remaja adalah kemampuan dalam mengatur dan menyesuaikan emosi yang dirasakan. Kemampuan ini dikenal sebagai regulasi emosi, yaitu proses dalam mengenali, memahami, serta mengelola emosi agar individu dapat berperilaku dengan tepat sesuai situasi. Regulasi emosi sangat berpengaruh terhadap cara remaja mengambil keputusan, berinteraksi dengan orang lain, dan menanggapi tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian oleh (Nabilah et al., 2021) menjelaskan bahwa remaja yang memiliki regulasi emosi yang baik cenderung lebih mampu mengelola stres, mengekspresikan perasaan dengan tepat, dan memiliki kontrol diri yang lebih kuat dalam menghadapi konflik.

Regulasi emosi pada masa remaja sangat krusial untuk membentuk kepribadian dan menentukan respons terhadap tekanan dari lingkungan sekitar. Menurut Gross (2007), regulasi emosi merupakan proses yang dilakukan untuk memonitor, mengevaluasi, dan mengubah intensitas serta durasi dari reaksi emosional demi mencapai tujuan adaptif. Kemampuan ini memungkinkan remaja untuk tetap tenang saat menghadapi tekanan serta berperilaku secara sosial yang dapat diterima. Namun, banyak remaja mengalami hambatan dalam mengembangkan kemampuan regulasi emosi. Mereka lebih mudah terbawa suasana hati, menunjukkan perilaku agresif, atau menarik diri saat menghadapi tekanan. Penelitian oleh Robertson et al. (2012) menyatakan bahwa kegagalan dalam regulasi emosi dapat menyebabkan kesulitan dalam pengambilan keputusan, perilaku agresif, bahkan gangguan mental seperti depresi dan kecemasan. Ini semakin mempertegas pentingnya pemahaman mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan regulasi emosi pada remaja.

Perubahan sosial dan psikologis yang terjadi pada masa remaja menuntut individu untuk memiliki kemampuan dalam mengelola emosi secara sehat dan adaptif. Namun, fakta di lapangan menunjukkan bahwa banyak remaja mengalami kesulitan dalam mengontrol emosi, yang dapat terlihat dalam bentuk perilaku impulsif, agresif, hingga gejala gangguan kesehatan mental. Situasi ini menjadi semakin memprihatinkan ketika remaja berada dalam keluarga yang minim komunikasi atau mengalami pola komunikasi yang tidak sehat. Dalam beberapa tahun terakhir, kenakalan remaja di Kota Salatiga menjadi isu sosial yang cukup serius. Bentuk kenakalan yang marak terjadi antara lain berupa tawuran pelajar, membawa senjata tajam, hingga perkelahian di tempat umum. Hal ini menunjukkan bahwa remaja sebagai kelompok usia yang sedang dalam masa transisi mengalami krisis dalam pengendalian emosi dan perilaku. Menurut berita yang dimuat oleh Kompas (16 Februari 2025), lima remaja di Salatiga diamankan oleh warga karena kedapatan nongkrong sambil membawa pedang di area publik, yang menunjukkan potensi kekerasan di kalangan remaja sangat tinggi (Kompas, 2025). Tawuran pelajar juga menjadi bentuk kenakalan remaja yang terus meningkat. Pada Maret 2024, terjadi tawuran di Jalan Lingkar Salatiga yang menyebabkan sembilan sepeda motor rusak dan dua orang terluka, sebagaimana dilaporkan oleh Kompas pada 9 Maret 2024 (Kompas, 2024). Kejadian ini menimbulkan kekhawatiran masyarakat terhadap keamanan ruang publik dan menunjukkan lemahnya kontrol sosial terhadap perilaku remaja.

Pada Februari 2025, kejadian serupa kembali terjadi, tawuran antar pelajar dari dua SMK di Salatiga menyebabkan satu pelajar mengalami luka memar. Menurut laporan Matalensa

News (2025), bentrokan terjadi di wilayah Dukuh Sidomukti dan melibatkan dua kelompok pelajar yang telah berjanji untuk bertemu melalui media sosial sebelum akhirnya saling menyerang secara fisik (Matalensa, 2025). Ini menunjukkan bahwa kenakalan remaja saat ini juga difasilitasi oleh perkembangan teknologi yang kurang bijak dimanfaatkan. Pihak kepolisian juga mengungkapkan fakta yang mengejutkan dalam kasus perkelahian di Jalan Lingkar Salatiga (JLS). Dalam laporan resmi Polres Salatiga (2023), lima pelaku remaja ditetapkan sebagai tersangka karena membawa senjata tajam dan menyerang pemuda lain. Polisi menyatakan bahwa kekerasan yang terjadi sudah direncanakan dan melibatkan senjata berbahaya yang mencerminkan adanya pola perilaku agresif yang berbahaya dan sistematis di kalangan remaja (Polres Salatiga, 2023).

Melihat fenomena ini, perguruan tinggi mulai terlibat aktif dalam upaya penanggulangan kenakalan remaja. Menurut UIN Salatiga (2024), dengan adanya kolaborasi dengan DPRD Jawa Tengah dalam program penyuluhan dan edukasi remaja kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan pembentukan karakter kepada remaja agar menjauhi tindakan menyimpang serta meningkatkan kepekaan sosial terhadap lingkungan (UIN Salatiga, 2024). Kepolisian juga melakukan pembinaan langsung di sekolah-sekolah untuk menanamkan nilai kedisiplinan dan hukum kepada para pelajar. Salah satu upaya ini ditunjukkan dalam kunjungan Kapolres Salatiga ke SMK Saraswati, yang bertujuan untuk mengantisipasi kenakalan remaja seperti balap liar dan penyalahgunaan media sosial (Radar Semarang, 2023). Dengan meningkatnya kasus kekerasan dan kenakalan yang dilakukan oleh remaja, maka penelitian mengenai faktor-faktor penyebab perilaku menyimpang tersebut menjadi sangat penting. Salah satu aspek yang perlu dikaji adalah bagaimana pola komunikasi antara remaja dan orangtua, serta peran lingkungan keluarga dalam membantu remaja mengelola emosi dan tekanan sosial.

Regulasi emosi dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari lingkungan luar maupun dari kemampuan individu. Beberapa faktor yang memengaruhi pengaturan emosi meliputi: (a) hubungan antara orang tua dan anak; (b) usia serta jenis kelamin; dan (c) hubungan interpersonal (Zonya & Sano, 2019). Salah satu faktor penting yang mempengaruhi kemampuan regulasi emosi adalah kualitas komunikasi interpersonal antara remaja dan orangtua. Komunikasi yang efektif antara orangtua dan remaja membantu dalam pembentukan kontrol diri dan stabilitas emosional. Komunikasi interpersonal antara orangtua dan remaja terbukti memiliki pengaruh yang signifikan terhadap regulasi emosi remaja. Sebaliknya, ketika terjadi komunikasi yang buruk atau adanya kekerasan verbal dari orangtua, hal ini akan mempengaruhi kondisi psikologis remaja secara negatif. Penelitian oleh Yasni (2021) menunjukkan bahwa selama pandemi Covid-19, meskipun komunikasi interpersonal antara orangtua dan remaja di beberapa wilayah tergolong tinggi, tetap terdapat fenomena kekerasan verbal dari orangtua yang tidak disadari dan berdampak buruk pada emosi remaja. Selain itu, regulasi emosi pada remaja juga dipengaruhi oleh keberfungsian keluarga. Penelitian oleh Farih & Wulandari (2022) menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga memiliki pengaruh sebesar 7% terhadap kemampuan regulasi emosi remaja. Ini memperlihatkan bahwa hubungan antar anggota keluarga, terutama antara orangtua dan anak, menjadi dasar dalam pembelajaran awal regulasi emosi. Oleh karena itu, kualitas komunikasi dalam keluarga tidak hanya memengaruhi keharmonisan hubungan, tetapi juga berperan sebagai fondasi penting dalam perkembangan emosional anak.

Komunikasi interpersonal bukan hanya ditentukan oleh kualitas pengasuhan, namun juga oleh pola asuh yang diterapkan. Penelitian Febrianti & Subroto (2023) menyatakan bahwa pola asuh otoritatif cenderung meningkatkan kualitas komunikasi interpersonal pada remaja, yang berimplikasi pada keseimbangan emosional yang lebih baik. Di sisi lain, meningkatnya permasalahan remaja seperti kenakalan, depresi, dan kecemasan, menuntut adanya upaya untuk memahami lebih dalam bagaimana interaksi sosial dalam keluarga, khususnya komunikasi

interpersonal dengan orangtua sehingga dapat memperkuat kemampuan adaptif mereka, termasuk dalam hal pengelolaan emosi. Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal antara remaja dan orangtua memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk kemampuan regulasi emosi remaja. Pola asuh yang responsif dan terbuka mendorong anak untuk mengekspresikan pikirannya, serta meningkatkan rasa percaya diri dan keterampilan sosial. Oleh karena itu, penting bagi orangtua untuk menyadari bahwa komunikasi bukan hanya alat menyampaikan pesan, tetapi juga sarana membangun hubungan emosional yang sehat dengan anak.

Hal ini ditunjukkan dalam penelitian Choirunissa & Ediaty (2018), ditemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara komunikasi interpersonal orangtua-remaja dan regulasi emosi, dengan nilai korelasi $r = 0,555$ ($p < 0,001$). Orangtua merupakan figur penting dalam pengasuhan dan pembentukan pola pikir serta sikap anak. Bentuk komunikasi yang hangat, terbuka, dan penuh empati dari orangtua mampu membangun rasa aman dalam diri remaja, yang kemudian membantu remaja dalam mengekspresikan dan mengendalikan emosinya secara adaptif (Hidayat, 2017; Devito, 2016). Selain itu, penelitian Larasati dan Marheni (2019) juga menunjukkan bahwa remaja belajar keterampilan sosial dan emosional, termasuk cara bereaksi terhadap situasi yang memicu emosi, melalui interaksi sehari-hari dengan orangtua. Dalam interaksi ini, orangtua menjadi model dalam menunjukkan ekspresi emosi dan strategi pengendaliannya, sehingga komunikasi interpersonal yang sehat dapat menjadi sarana pembelajaran regulasi emosi yang efektif bagi remaja.

Dalam konteks ini, komunikasi interpersonal antara remaja dan orangtua menjadi salah satu fondasi penting dalam membentuk keterampilan regulasi emosi yang baik. Maka dari itu, penelitian ini berfokus untuk mengkaji hubungan antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi pada remaja di Salatiga, yang diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pendekatan intervensi yang lebih efektif dalam konteks pengembangan remaja. Meskipun telah terdapat sejumlah penelitian mengenai komunikasi interpersonal dalam keluarga dan regulasi emosi secara terpisah, namun penelitian ini mengkaji keterkaitan langsung antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi di kota Salatiga, wilayah dengan karakteristik sosial-budaya yang belum banyak dieksplorasi dalam literatur psikologi perkembangan remaja di Indonesia. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan program intervensi keluarga dan kebijakan pendidikan yang berorientasi pada penguatan hubungan orangtua-anak untuk mendukung kesehatan mental remaja.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara komunikasi interpersonal dengan regulasi emosi remaja di Kota Salatiga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancas Penelitian dan Pengumpulan Data Penelitian

Pengambilan data ini dilaksanakan di SMA Negeri 2 Salatiga yang berlokasi di Kota Salatiga, Jawa Tengah. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada kesesuaian karakteristik peserta didik dengan tujuan penelitian, yaitu remaja yang sedang berada pada masa perkembangan remaja pertengahan. Partisipan dalam penelitian ini merupakan siswa SMA yang berusia antara 15 hingga 17 tahun. Selain itu, karakteristik partisipan yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah remaja yang tinggal bersama orangtua, sehingga memungkinkan adanya interaksi dan komunikasi yang berlangsung secara langsung dalam kehidupan sehari-hari. Karakteristik tersebut dipilih karena penelitian ini berfokus pada hubungan komunikasi

interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi remaja. Sebelum proses pengambilan data dilakukan, peneliti terlebih dahulu mengajukan surat izin penelitian kepada pihak SMA Negeri 2 Salatiga melalui bagian Tata Usaha (TU).

Setelah memperoleh persetujuan, peneliti diarahkan untuk berkoordinasi dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang bertugas sebagai pendamping selama pelaksanaan penelitian. Pengambilan data dilakukan dengan bantuan guru BK yang memfasilitasi peneliti untuk masuk ke beberapa kelas pada jam layanan BK. Kehadiran guru BK selama proses pengambilan data membantu kelancaran pelaksanaan penelitian sekaligus memastikan kegiatan berlangsung sesuai dengan aturan sekolah. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 15 April 2026 sampai dengan 22 April 2026. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah pengisian kuesioner dengan memanfaatkan google form sebagai medianya. Pemilihan google form dilakukan karena dinilai lebih praktis, efisien, dan memudahkan proses pengolahan data.

Tautan kuesioner dibagikan kepada siswa yang memenuhi kriteria penelitian, kemudian siswa mengisi kuesioner secara mandiri menggunakan perangkat elektronik yang dimiliki. Selama proses pengambilan data, peneliti mengalami beberapa kendala. Kendala utama yang dihadapi adalah banyaknya siswa yang tidak hadir pada saat pengambilan data karena memperoleh dispensasi untuk mengikuti berbagai kegiatan perlombaan dan aktivitas sekolah lainnya. Kondisi tersebut menyebabkan jumlah responden yang diperoleh pada beberapa kelas belum memenuhi target penelitian. Oleh karena itu, peneliti perlu melakukan pengambilan data pada lima kelas yang berbeda agar jumlah partisipan yang dibutuhkan dapat terpenuhi. Meskipun demikian, berkat bantuan dan koordinasi yang baik dengan pihak sekolah serta guru BK, proses pengumpulan data dapat diselesaikan sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.

B. Partisipan Penelitian

Partisipan penelitian berjumlah 133 siswa SMA yang memenuhi kriteria penelitian. Karakteristik partisipan ditinjau berdasarkan usia dan kelas.

Tabel 4.1 Karakteristik Partisipan Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
15 tahun	36	27,1
16 tahun	87	65,4
17 tahun	10	7,5
Total	133	100,0

Berdasarkan Tabel 4.1 diketahui bahwa mayoritas partisipan berusia 16 tahun sebanyak 87 siswa (65,4%). Selanjutnya partisipan berusia 15 tahun sebanyak 36 siswa (27,1%), dan partisipan berusia 17 tahun sebanyak 10 siswa (7,5%).

Tabel 4.2 Karakteristik Partisipan Berdasarkan Kelas

Kelas	Frekuensi (n)	Persentase (%)
XD	31	23,3
XG	18	13,5
XH	33	24,8
XJ	23	17,3
XK	28	21,1
Total	133	100,0

Berdasarkan Tabel 4.2 diketahui bahwa partisipan terbanyak berasal dari kelas XH sebanyak 33 siswa (24,8%). Selanjutnya XD sebanyak 31 siswa (23,3%), kelas XK sebanyak 28 siswa (21,1%), kelas XJ sebanyak 23 siswa (17,3%), dan kelas XG sebanyak 18 siswa (13,5%).

C. Hasil Penelitian

1. Hasil Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dilakukan untuk mengetahui gambaran umum data penelitian

yang meliputi skor minimum, maksimum, mean, dan standar deviasi masing-masing variabel.

Tabel 4.3 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Standar Deviasi
Komunikasi Interpersonal	133	58	107	83,33	11,50
Regulasi Emosi	133	33	68	50,74	7,03

Berdasarkan Tabel 4.3 diketahui bahwa variabel komunikasi interpersonal memiliki skor minimum sebesar 58 dan skor maksimum 107 dengan nilai rata-rata sebesar 83,33 (SD = 11,50). Sementara itu, variabel regulasi emosi memiliki skor minimum sebesar 33 dan skor maksimum sebesar 68 dengan nilai rata-rata sebesar 50,74 (SD = 7,03).

Hasil tersebut menunjukkan bahwa skor komunikasi interpersonal dan regulasi emosi responden cukup bervariasi, yang mengindikasikan adanya perbedaan tingkat kemampuan komunikasi interpersonal dan regulasi emosi pada masing-masing remaja. Untuk memperoleh gambaran yang lebih rinci mengenai kondisi partisipan pada masing-masing variabel, dilakukan kategorisasi berdasarkan norma empiris yang dibagi ke dalam lima kategori, yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi.

Tabel 4.4 Kategorisasi Komunikasi Interpersonal Remaja-Orangtua
Interval

Interval Skor	Kategori	Standar Deviasi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
$X \leq 66,08$	Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$	13	9,8
$66,08 < X \leq 77,58$	Rendah	$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$	29	21,8
$77,58 < X \leq 89,08$	Sedang	$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$	47	35,3
$89,08 < X \leq 100,58$	Tinggi	$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$	38	28,6
$X > 100,58$	Sangat Tinggi	$X > M + 1,5 \text{ SD}$	6	4,5
Total			133	100,0

Berdasarkan Tabel 4.4 diketahui bahwa sebagian besar partisipan berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 47 siswa (35,3%). Selanjutnya sebanyak 38 siswa (28,6%) berada pada kategori tinggi, 29 siswa (21,8%) berada pada kategori rendah, 13 siswa (9,8%) berada pada kategori sangat rendah, dan 6 siswa (4,5%) berada pada kategori sangat tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa secara umum komunikasi interpersonal remaja-orangtua pada partisipan penelitian cenderung berada pada kategori sedang.

Tabel 4.5 Kategorisasi Regulasi Emosi Remaja
Tabel 4.5 Kategorisasi Regulasi Emosi Remaja

Interval Skor	Kategori	Standar Deviasi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
$X \leq 40,20$	Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$	13	9,8
$40,20 < X \leq 47,23$	Rendah	$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$	33	24,8
$47,23 < X \leq 54,25$	Sedang	$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$	44	33,1
$54,25 < X \leq 61,28$	Tinggi	$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$	37	27,8
$X > 61,28$	Sangat Tinggi	$X > M + 1,5 \text{ SD}$	6	4,5
Total			133	100,0

Berdasarkan Tabel 4.5 diketahui bahwa sebagian besar partisipan berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 44 siswa (33,1%). Selanjutnya sebanyak 37 siswa (27,8%) berada pada kategori tinggi, 33 siswa (24,8%) berada pada kategori rendah, 13 siswa (9,8%) berada pada kategori sangat rendah, dan 6 siswa (4,5%) berada pada kategori sangat tinggi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa secara umum tingkat regulasi emosi partisipan penelitian cenderung

berada pada kategori sedang.

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa baik komunikasi interpersonal maupun regulasi emosi mayoritas berada pada kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja dalam penelitian memiliki kemampuan komunikasi interpersonal dengan orangtua dan kemampuan regulasi emosi yang cukup baik, meskipun masih terdapat sejumlah partisipan yang berada pada kategori rendah dan sangat rendah sehingga memerlukan perhatian lebih dalam pengembangan keterampilan komunikasi maupun pengelolaan emosi.

2. Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal.

Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas

Variabel	N	K-S	Sig.
Komunikasi Interpersonal	133	0,064	0,200
Regulasi Emosi	133	0,066	0,200

Berdasarkan Tabel 4.6 diketahui bahwa variabel komunikasi interpersonal memiliki nilai signifikansi sebesar 0,200 ($p > 0,05$). Variabel regulasi emosi juga memiliki nilai signifikansi sebesar 0,200 ($p > 0,05$). Dengan demikian kedua variabel penelitian berdistribusi normal sehingga memenuhi asumsi untuk dilakukan analisis parametrik menggunakan korelasi Pearson Product Moment.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi remaja bersifat linear.

Tabel 4.7 Hasil Uji Linearitas

	F	Sig.
<i>Linearity</i>	33,638	0,000
<i>Deviation from Linearity</i>	0,717	0,877

Berdasarkan hasil uji linearitas diperoleh nilai signifikansi pada komponen Linearity sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai signifikansi pada Deviation from Linearity sebesar ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi remaja bersifat linear. Dengan demikian, asumsi linearitas telah terpenuhi sehingga analisis korelasi Pearson Product Moment dapat dilakukan.

3. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan menggunakan teknik korelasi *Product Moment Pearson* untuk mengetahui hubungan antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua.

Tabel 4.8 Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment

Variabel	r	Sig.	R Squared
Komunikasi Interpersonal			
—	0,468	0,000	0,219
Regulasi Emosi			

Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,468$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi remaja. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,219 menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal remaja-orangtua memberikan kontribusi sebesar 21,9% terhadap regulasi emosi remaja. Adapun sisanya sebesar 78,1% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian ini. Nilai korelasi sebesar 0,468 menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel berada pada kategori sedang. Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin baik komunikasi interpersonal yang terjalin antara remaja dan orangtua, maka semakin baik pula kemampuan

regulasi emosi yang dimiliki remaja. Dengan demikian hipotesis penelitian yang menyatakan terdapat hubungan positif yang signifikan antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi remaja diterima. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik komunikasi interpersonal remaja dan orangtua maka semakin baik pula regulasi emosi remaja.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis korelasi Pearson Product Moment diperoleh koefisien korelasi sebesar $r = 0,468$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi remaja, sehingga hipotesis penelitian diterima. Nilai korelasi yang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa semakin baik komunikasi interpersonal antara remaja dan orangtua, semakin baik pula kemampuan regulasi emosi remaja. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal merupakan salah satu faktor penting yang berhubungan dengan regulasi emosi, meskipun bukan satu-satunya faktor yang memengaruhinya.

Hasil penelitian ini didukung oleh Wilson et al. (2024) yang menunjukkan bahwa hubungan orangtua dan remaja yang hangat, suportif, dan disertai komunikasi positif berkontribusi terhadap perkembangan regulasi emosi hingga dewasa awal. Temuan tersebut juga sejalan dengan Chiang et al. (2024) yang menemukan bahwa hubungan orangtua dan remaja yang stabil dan penuh dukungan berkaitan dengan rendahnya kesulitan regulasi emosi. Selain itu, Azevedo et al. (2025) menjelaskan bahwa sosialisasi emosi oleh orangtua, seperti memberikan respons yang tepat terhadap emosi anak dan mendampingi saat menghadapi tekanan, membantu perkembangan regulasi emosi yang lebih baik. Penelitian Nurcintame et al. (2025) turut memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa hubungan emosional yang hangat dan aman antara orangtua dan remaja menjadi faktor protektif terhadap kesulitan regulasi emosi. Secara keseluruhan, penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal yang berkualitas memberikan dukungan emosional, validasi perasaan, dan bimbingan yang membantu remaja mengembangkan regulasi emosi secara adaptif.

Hubungan tersebut dapat dijelaskan melalui proses interaksi dalam keluarga. Masa remaja merupakan periode yang ditandai berbagai perubahan biologis, kognitif, sosial, dan emosional sehingga remaja lebih rentan mengalami tekanan psikologis. Dalam kondisi tersebut, orangtua berperan sebagai sumber dukungan emosional yang membantu remaja memahami pengalaman, mengevaluasi respons, dan mengembangkan strategi penyelesaian masalah. Oleh karena itu, komunikasi interpersonal tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian informasi, tetapi juga sebagai media pembelajaran emosional.

Temuan ini sejalan dengan teori regulasi emosi Gross (2014) yang menyatakan bahwa regulasi emosi berkembang melalui pengalaman sosial. Kesempatan bagi remaja untuk mengungkapkan pikiran dan perasaan tanpa takut dihakimi membantu mereka melakukan cognitive reappraisal sehingga mampu mengelola emosi secara lebih adaptif. Selain itu, teori komunikasi interpersonal Bienvenu (1971) menjelaskan bahwa keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan menciptakan hubungan yang sehat. Dalam hubungan orangtua dan remaja, kelima aspek tersebut membangun rasa aman sehingga remaja lebih mudah mengungkapkan perasaan, berdiskusi, dan belajar mengelola emosinya.

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori sedang, baik pada variabel komunikasi interpersonal maupun regulasi emosi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja telah memiliki komunikasi yang cukup baik dengan orangtua, meskipun belum optimal. Kondisi tersebut dapat dipahami karena pada masa remaja individu mulai mengembangkan kemandirian dan memperluas hubungan sosial di luar keluarga. Meskipun demikian, orangtua tetap menjadi sumber dukungan utama dalam

membantu remaja menghadapi berbagai tantangan perkembangan.

Koefisien korelasi sebesar 0,468 mengindikasikan bahwa komunikasi interpersonal memiliki hubungan yang cukup kuat dengan regulasi emosi, tetapi bukan faktor tunggal yang memengaruhinya. Regulasi emosi merupakan kemampuan yang bersifat multidimensional dan dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti teman sebaya, lingkungan sekolah, media sosial, dan karakteristik individu. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal memberikan kontribusi sebesar 21,9% terhadap regulasi emosi, sedangkan 78,1% dipengaruhi oleh faktor lain. Temuan ini didukung oleh Azevedo et al. (2025) yang menekankan pentingnya sosialisasi emosi dalam keluarga serta Nurcintame et al. (2025) yang menunjukkan bahwa kelekatan yang aman antara orangtua dan remaja turut mendukung regulasi emosi.

Secara teoretis, penelitian ini memperkuat teori Gross (2014) bahwa regulasi emosi berkembang melalui interaksi sosial, serta teori komunikasi interpersonal Bienvenu (1971) yang menekankan pentingnya keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan dalam membangun hubungan yang sehat. Secara praktis, hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan regulasi emosi remaja tidak hanya menjadi tanggung jawab remaja, tetapi juga memerlukan keterlibatan orangtua melalui komunikasi yang terbuka, empatik, dan suportif. Sekolah, khususnya guru Bimbingan dan Konseling (BK), juga dapat mendukung melalui program psikoedukasi, seminar parenting, pelatihan komunikasi efektif, maupun konseling keluarga.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, yaitu hanya melibatkan siswa SMA Negeri 2 Salatiga, menggunakan metode self-report melalui Google Form yang berpotensi menimbulkan social desirability bias, serta hanya meneliti satu variabel bebas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan responden yang lebih beragam, mengkaji variabel lain seperti pola asuh, kelekatan orangtua, dukungan sosial teman sebaya, kecerdasan emosional, resiliensi, dan penggunaan media sosial, serta menggunakan pendekatan mixed methods agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi regulasi emosi remaja.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal remaja-orangtua memiliki hubungan positif yang signifikan dengan regulasi emosi remaja. Meskipun kontribusinya sebesar 21,9%, temuan ini menegaskan bahwa komunikasi yang terbuka, penuh empati, dan saling mendukung tetap menjadi salah satu faktor penting dalam membantu remaja mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosinya secara adaptif. Oleh karena itu, kualitas komunikasi interpersonal antara orangtua dan remaja perlu terus ditingkatkan sebagai bagian dari upaya mendukung perkembangan emosional remaja secara optimal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 133 remaja di Kota Salatiga, diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi remaja. Hasil analisis korelasi Pearson Product Moment menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,468$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin baik komunikasi interpersonal yang terjalin antara remaja dan orangtua, maka semakin baik pula kemampuan remaja dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosinya. Sebaliknya, komunikasi interpersonal yang kurang baik cenderung diikuti oleh kemampuan regulasi emosi yang lebih rendah. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan positif yang signifikan antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi remaja dapat diterima. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal merupakan salah satu faktor yang berperan dalam perkembangan kemampuan regulasi emosi pada remaja.

Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal remaja-orangtua memberikan kontribusi sebesar 21,9% terhadap regulasi emosi remaja, sedangkan 78,1% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian ini. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan yang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi dalam kehidupan remaja. Meskipun demikian, komunikasi interpersonal tetap memiliki peran penting karena melalui komunikasi yang terbuka, hangat, dan penuh empati, remaja dapat memperoleh dukungan emosional yang dibutuhkan dalam menghadapi berbagai tantangan perkembangan. Hubungan yang positif antara remaja dan orangtua juga dapat menciptakan rasa aman dan nyaman bagi remaja untuk mengekspresikan perasaan maupun permasalahan yang dihadapi. Kondisi tersebut membantu remaja mengembangkan kemampuan regulasi emosi yang lebih adaptif dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, komunikasi interpersonal yang baik antara remaja dan orangtua perlu terus dibangun dan dipelihara guna mendukung perkembangan emosional remaja secara optimal.

Saran

1. Bagi Remaja

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan positif antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi, remaja diharapkan dapat membangun komunikasi yang lebih terbuka dengan orangtua. Remaja dapat berupaya untuk menyampaikan pengalaman, pendapat, perasaan, maupun permasalahan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari kepada orangtua. Keterbukaan tersebut penting karena dapat membantu remaja memperoleh dukungan, arahan, dan pemahaman dari orangtua ketika menghadapi berbagai situasi yang memunculkan emosi positif maupun negatif. Melalui komunikasi yang terbuka, remaja juga dapat belajar mengenali dan mengelola emosinya dengan lebih baik sehingga mampu menghadapi berbagai tuntutan perkembangan secara lebih adaptif.

2. Bagi Orangtua

Orangtua diharapkan dapat membangun komunikasi yang hangat, terbuka, dan suportif dengan remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin baik komunikasi interpersonal yang terjalin antara remaja dan orangtua, maka semakin baik pula kemampuan regulasi emosi yang dimiliki remaja. Oleh karena itu, orangtua perlu memberikan kesempatan kepada remaja untuk menyampaikan pendapat, perasaan, maupun pengalaman yang dialaminya tanpa takut dihakimi atau disalahkan. Selain itu, orangtua juga diharapkan menunjukkan sikap empati, mendengarkan secara aktif, dan memberikan respons yang positif terhadap berbagai permasalahan yang disampaikan remaja. Dengan demikian, remaja akan merasa lebih aman dan nyaman untuk berbagi, sehingga hubungan yang terjalin dapat mendukung perkembangan regulasi emosi yang lebih baik.

3. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan dapat terus mendukung perkembangan kemampuan komunikasi interpersonal dan regulasi emosi siswa melalui berbagai program yang relevan. Bentuk dukungan tersebut dapat berupa layanan bimbingan dan konseling, kegiatan psikoedukasi, pelatihan keterampilan komunikasi, maupun program pengembangan karakter yang melibatkan siswa dan orangtua. Selain membantu siswa memahami pentingnya komunikasi yang sehat, kegiatan tersebut juga dapat menjadi sarana untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam mengenali dan mengelola emosi secara adaptif.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang berhubungan dengan regulasi emosi remaja mengingat komunikasi interpersonal remaja-orangtua dalam penelitian ini memberikan kontribusi sebesar 21,9% terhadap regulasi emosi. Faktor-faktor lain yang dapat diteliti antara lain pola asuh orangtua, kelekatan dengan orangtua, dukungan sosial

teman sebaya, lingkungan pertemanan, penggunaan media sosial, maupun karakteristik kepribadian individu. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan jumlah partisipan yang lebih besar serta mencakup wilayah penelitian yang lebih luas sehingga hasil penelitian dapat memiliki tingkat generalisasi yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Azevedo, M. S., Meira, L., Câmara, D. P., Ferreira, T. B., & Martins, E. C. (2025). Parental emotion socialization and difficulties in emotion regulation in adolescents: A network analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 54, 2778–2793. <https://doi.org/10.1007/s10964-025-02222-8>
- Bienvenu, M. J. (1971). An Interpersonal Communication Inventory. *The Journal Of Communication*, 21(4), 381–388. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1971.tb00330.x>
- Chiang, S.-C., Bai, S., Mak, H. W., & Fosco, G. M. (2024). Dynamic characteristics of parent–adolescent closeness: Predicting adolescent emotion dysregulation. *Family Process*, 63(4), 2243–2257. <https://doi.org/10.1111/famp.12978>
- Choirunissa, R., & Ediaty, A. (2018). Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Orangtua-Remaja Dengan Regulasi Emosi Pada Siswa SMK. *Jurnal Empati*, 7(3), 236–243.
- Devito, J. A. (2016). *The Interpersonal Communication Book* (13th Ed.). Pearson.
- Farih, A., & Wulandari, D. (2022). Pengaruh Keberfungsian Keluarga Terhadap Regulasi Emosi Remaja. *Jurnal Keluarga Sehat*, 3(1), 45–60.
- Febrianti, F., & Subroto, U. (2023). Hubungan Pola Asuh Dengan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja. *Journal Of Social And Economics Research*, 5(2), 799–811.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls And Promise. *Annual Review Of Psychology*, 55(1), 745–774.
- Gromatsky, T., Kovalchuk, O., & Kovalchuk, I. (2017). Family Experience And Emotional Regulation In Children. *Journal Of Family Psychology*, 31(4), 487–495.
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field Of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review Of General Psychology*, 2(3), 271–299.
- Gross, J. J. (2007). Emotion Regulation. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook Of Emotion Regulation* (Pp. 3–24). The Guilford Press.
- Gross, J. J. (2014). Emotion Regulation: Conceptual And Empirical Foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook Of Emotion Regulation* (2nd Ed., Pp. 3–20). The Guilford Press.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual Differences In Two Emotion Regulation Processes: Implications For Affect, Relationships, And Well-Being. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 85(2), 348–362.
- Hidayat, R. (2017). Pengaruh Komunikasi Orangtua Terhadap Regulasi Emosi Remaja. *Jurnal Psikologi Keluarga*, 4(2), 123–135.
- Hollenstein, T., & Loughheed, J. P. (2013). Beyond stability: Dynamic processes in adolescent emotion regulation. *Child Development Perspectives*, 7(3), 160–164.
- Hollenstein, T., & Loughheed, J. P. (2013). The Development Of Emotion Regulation In Adolescence. *Emotion*, 13(3), 1–10.
- Kartini, T., Imanuddin, D., & Taufiq, E. (2023). Bimbingan Konseling Individu Mengatasi Regulasi Emosi Negatif Pada Remaja Fatherless. *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, 11(2), 167–188.
- Laelah, N. A., & Aeni, M. H. (N.D.). Pengaruh Komunikasi Interpersonal Terhadap Prestasi Belajar Pada Mahasiswa. *VIRTU: Jurnal Kajian Komunikasi, Budaya Dan Islam*, 02(02).
- Larasati, K., & Marheni, A. (2019). Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Orangtua-Remaja Dengan Keterampilan Sosial Remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 88–95.
- Maheswari, S. R., & Chusniyah, T. (2024). Pengaruh Pelatihan Problem Solving Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Remaja. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 15(2), 95–106.
- Matalensa News. (2025, Februari). Tawuran Antar Pelajar Di Salatiga, Satu Terluka Akibat Dipukul Dengan Batu. <https://www.matalensanews.com/2025/02/tawuran-antar-pelajar-di-salatiga-satu.html>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What Is Emotional Intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter

- (Eds.), *Emotional Development And Emotional Intelligence: Educational Implications* (Pp. 3–31). Basic Books.
- Nabilah, S. M., & Hadiyati, F. N. R. (2021). Hubungan Antara Kelekatan Pada Ibu Dan Regulasi Emosi Remaja Pada Siswa Kelas X Dan XI SMA Boarding School. *Jurnal Empati*, 10(5), 305–309.
- Nafisah, N., Sari, D. R., & Rahmawati, F. (2021). The Relationship Between Emotional Regulation And Mental Health In Adolescents. *Jurnal Psikologi Remaja*, 8(1), 45–56.
- Nolen-Hoeksema, S., & Aldao, A. (2011). Gender Differences In Emotion Regulation: A Meta-Analytic Review. *Psychological Bulletin*, 137(1), 1–30.
- Nurajizah, N., Amalia, A. A., & Hasanah, P. N. (2023). Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget Dengan Regulasi Emosi Pada Remaja. *JIKSA - Jurnal Ilmu Keperawatan* Sebelas April, 5(2), 106–114.
- Nurcintame, N. P., Suyasa, P. T. Y. S., & Dewi, F. I. R. (2025). Peran mediasi kelekatan remaja dan orang tua pada hubungan romantis orang tua dan kesulitan regulasi emosi remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 18(2), 162–177. <https://doi.org/10.24156/jikk.2025.18.2.162>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development* (11th ed.). McGraw-Hill.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2023). *A Child's World: Infancy Through Adolescence* (14th Ed.). McGraw-Hill.
- Polres Salatiga. (2023). Laporan Resmi Perkelahian Di Jalan Lingkar Salatiga. <https://tribrataneews.jateng.polri.go.id/2023/07/12/polres-salatiga-tetapkan-5-orang-sebagai-tersangka-imbas-perkelahian-di-jls-salatiga/?amp=1>
- Pratiwi, H. D., Diajeng, H., Indari, I., & Mustriwi, M. (2021). Gambaran Regulasi Emosi Remaja SMK Korban Bullying Di SMK Multimedia Tumpang. *Nursing Information Journal*, 1(1), 25–30.
- Radar Semarang. (2023). Kapolres Salatiga Kunjungi SMK Saraswati Untuk Antisipasi Kenakalan Remaja. <https://radarsemarang.com/2023/07/12/kapolres-salatiga-kunjungi-smk-saraswati/>
- Robertson, T., Daffern, M., & Bucks, R. S. (2012). The Role Of Emotion Regulation In The Relationship Between Anger And Aggression. *Personality And Individual Differences*, 52(5), 646–651.
- Rubiani, R., & Sembiring, R. (2018). The Role Of Age In Emotional Regulation Among Adolescents. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling*, 4(2), 123–130.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (26th Ed.). Alfabeta.
- Swastika, G. M., & Prastuti, E. (2021). Perbedaan Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin Dan Rentang Usia Pada Remaja Dengan Orangtua Bercerai. *PSIKOLOGIKA*, 26(1), 19–34.
- Tribrataneews Jateng. (2023, 12 Juli). Polres Salatiga Tetapkan 5 Orang Sebagai Tersangka Imbas Perkelahian Di JLS Salatiga. <https://tribrataneews.jateng.polri.go.id/2023/07/12/polres-salatiga-tetapkan-5-orang-sebagai-tersangka-imbas-perkelahian-di-jls-salatiga/?amp=1>
- UIN Salatiga. (2024). Kolaborasi Dengan DPRD Jawa Tengah Dalam Program Penyuluhan Dan Edukasi Remaja. <https://uin-salatiga.ac.id/kolaborasi-dprd-jateng>
- Wilson, S. V., Szwedo, D. E., & Allen, J. P. (2024). Interparental and parent–teen relationships during adolescence as predictors of intra- and interpersonal emotion regulation in young adulthood. *Youth*, 4(4), 1417–1436. <https://doi.org/10.3390/youth4040090>
- Yasni, Y. (2021). Komunikasi Interpersonal Remaja Dan Orang Tua Selama Pandemi Covid-19 Di Kecamatan Koto Vii Sijunjung. *Jurnal Psikologi Islam: Al-Qalb*, 12(2), 118–129.
- Zonya, A., & Sano, Y. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Emosi Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 5(2), 100–110.