

HUBUNGAN ANTARA *PEER ATTACHMENT* DENGAN REGULASI EMOSI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Nabilla Desmasari Kustanto

Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya. Email: nabilla.18084@mhs.unesa.ac.id

Riza Noviana Khoirunnisa

Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya. Email: rizakhoirunnisa@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi pada mahasiswa tingkat akhir. Metode yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan teknik korelasional yaitu untuk mengetahui sejauh mana variabel bebas berhubungan dengan variabel terikat sehingga dapat menjawab hipotesis yang telah dirumuskan. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah sampel jenuh yaitu semua populasi dijadikan subjek yakni sejumlah 189 mahasiswa jurusan psikologi yang sesuai dengan kriteria subjek penelitian dengan 39 mahasiswa digunakan untuk tryout dan 150 mahasiswa digunakan untuk pengambilan data. Penelitian ini dilakukan menggunakan skala *peer attachment* dan regulasi emosi yang akan dianalisis dengan menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS 22 for windows. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pearson Product Moment Correlation* dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,525. Hasil tersebut menunjukkan bahwa *peer attachment* dan regulasi emosi memiliki hubungan positif yang signifikan dengan tingkat keeratn hubungan yang sedang.

Kata Kunci: *peer attachment*, regulasi emosi, mahasiswa tingkat akhir.

Abstract

This study aims to determine the relationship between peer attachment and emotion regulation in final year students. The method used is a quantitative research method with correlational techniques, namely to determine the extent to which the independent variable is related to the dependent variable so that it can answer the hypothesis that has been formulated. The sampling technique in this study was a saturated sample, that is, all of the population was used as a subject, namely 189 students majoring in psychology according to the criteria of the research subject, 39 students were used for the tryout and 150 students were used for data collection. This research was conducted using a peer attachment scale and emotion regulation which will be analyzed using the IBM SPSS 22 application for windows. Analysis of the data used in this study is the Pearson Product Moment Correlation with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) and a correlation coefficient of 0.525. These results indicate that peer attachment and emotion regulation have a significant positive relationship with a moderate level of closeness.

Keywords: *peer attachment*, emotion regulation, final-year students.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi perkembangan dari masa kanak – kanak menjadi masa dewasa (Santrock, 2012). Menurut Hurlock (2003) periode “badai dan tekanan” merupakan suatu masa dimana ketegangan emosi meningkat atas dampak dari perubahan kelenjar dan fisik yang biasa disebut sebagai masa remaja secara tradisional. Terjadinya peningkatan emosi utamanya disebabkan oleh anak perempuan maupun laki – laki yang berada di bawah tekanan sosial dan melewati kondisi yang baru, semasa kanak – kanak mereka memiliki kekurangan dalam mempersiapkan dirinya untuk menghadapi keadaan – keadaan seperti itu. Fase remaja ini sering kali digambarkan sebagai fase fluktuatif (Papalia & Feldman, 2014).

Satu diantara banyaknya hal yang dibutuhkan oleh remaja secara signifikan, namun seringkali memunculkan

ketegangan ialah kemampuannya dalam mengelola emosi (Janah, 2015). Naik turunnya emosi yang dialami remaja, membuat kemampuan mengontrol emosi sangatlah penting. Sebutan kemampuan dalam pengontrolan emosi biasa dikenali sebagai regulasi emosi. Menurut Thompson (1994) regulasi emosi merupakan proses ekstrinsik dan juga intrinsik yang bertanggung jawab untuk memantau, menganalisis, dan mengubah reaksi emosional, utamanya aspek intens dan temporalnya, untuk mencapai suatu tujuan. Sedangkan menurut Gross (2014) regulasi emosi mengacu pada pembentukan emosi yang dimiliki oleh seseorang, ketika seseorang memilikinya, dan bagaimana seseorang mengalami atau mengekspresikan emosinya.

Silk et al., (2003) menyatakan bahwasannya, remaja yang tidak memiliki kemampuan regulasi emosi secara baik akan mempengaruhi pengalaman emosionalnya selama hidupnya. Berbagai faktor bisa memberikan pengaruh terhadap regulasi emosi remaja seperti menurut

Gross dan Thompson (2007) faktor ekstrinsik dan juga faktor intrinsik merupakan bagian dari regulasi emosi. Faktor ekstrinsik memberikan pengaruh regulasi emosi suatu insan, yaitu pengasuhan (*caregiving*) dan hubungan kelekatan (*attachment*). Sedangkan faktor intrinsik memberikan pengaruh pada regulasi emosi seseorang terbagi menjadi dua, yakni temperamen anak dan sistem saraf serta fisiologis yang mendukung dan berkaitan dengan proses pengaturan emosi.

Hubungan kelekatan secara aman memberikan anak kenyamanan dan keamanan untuk mengekspresikan perih yang dirasakan, baik emosi negatif maupun emosi positif, berbeda dengan kelekatan yang tidak aman. Hurlock (2003) mengungkapkan hal serupa terkait dengan sejumlah faktor yang mempengaruhi regulasi emosi yakni, hubungan bersama teman sebaya, hubungan bersama anggota keluarga, pola asuh keluarga, suasana di dalam rumah, dan juga kondisi kesehatan individu. Apabila individu mendapatkan perasaan dimana ia dapat diterima dengan baik di dalam suatu kelompok teman sebaya, maka emosi positif yang dirasakan menjadi lebih dominan. Namun, apabila individu mendapatkan perasaan dimana ia merasakan adanya penolakan di dalam suatu kelompok teman sebaya, maka emosi negatif yang dirasakan menjadi lebih dominan.

Kelekatan teman sebaya menjadi suatu hal yang signifikan pada masa remaja. Pada masa ini banyak waktu yang dihabiskan bersama teman sebaya daripada bersama keluarga (Papalia & Feldman, 2014). Menurut Armsden dan Greenberg (1987), *peer attachment* ialah sebuah persepsi individu maupun seseorang tentang seberapa jauh mereka bersama teman sebayanya bisa saling memberikan pemahaman satu dengan yang lainnya, sama – sama melakukan komunikasi secara baik, serta memperoleh kenyamanan juga keamanan melalui teman sebayanya tersebut. Sedangkan menurut Mate dan Neufeld (2004), *peer attachment* atau hubungan teman sebaya ialah suatu ikatan yang ada pada suatu individu dengan individu sebayanya, baik dengan masing – masing orang maupun dalam suatu kelompok sebayanya.

Rasyid (2012) menyatakan bahwasannya *peer attachment* pada remaja yang baik dapat melakukan komunikasi secara terbuka tentang emosi negatif yang dirasakannya serta didapatkannya hubungan yang positif diantara *peer attachment* beserta regulasi emosi. Selanjutnya riset dari Chandra (2017), memperlihatkan keberadaan suatu hubungan yang penting diantara teman sebaya dan regulasi emosi. Teman sebaya ini juga memberikan pengaruh terhadap regulasi emosi seseorang. Selanjutnya Lestari dan Satwika (2018) menyatakan hasil penelitiannya yang membuktikan bahwasannya teman sebaya beserta regulasi emosi memiliki hubungan positif yang signifikan dengan tingkat keeratn hubungan yang

tinggi. Sementara itu, penelitian Luthfi (2019) juga menyatakan hasil bahwasannya terdapat hubungan diantara *peer attachment* dan regulasi emosi dimana adanya sumbangan yang efektif *peer attachment* terhadap regulasi emosi *cognitive reappraisal* sebesar 30,6%. Sedangkan sumbangan yang efektif *peer attachment* terhadap regulasi emosi *expressive suppression* sebesar 6,3%.

Selanjutnya riset dari Febriyanto (2015) memperlihatkan hasil terkait dengan regulasi emosi dalam mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa tingkat akhir tidak mempunyai regulasi emosi secara positif jika ditinjau melalui narasumber yang sedang merasa tertekan apabila skripsi banyak mengalami hambatan. Hal tersebut bisa mengakibatkan keputusan – keputusan negatif seperti, tidak ingin menyelesaikan skripsi, menunda suatu pekerjaan, hilangnya motivasi, munculnya frustrasi, rendah diri, dan juga stress. Keadaan tersebut seringkali terjadi pada seluruh mahasiswa tak terkecuali mahasiswa fakultas psikologi, dan kemudian mengakibatkan skripsi sebagai sebuah tambahan permasalahan terberat untuk mahasiswa psikologi (Febriyanto, 2015). Banyaknya tuntutan yang dijalani atas mahasiswa psikologi, membuat mahasiswa psikologi merasakan kerepotan jika tidak bisa melakukan adaptasi bersama sejumlah perih yang sulit selayaknya hal tersebut dapat membuat emosinya tidak stabil, kemudian diperlukannya keberadaan kompetensi untuk melakukan regulasi emosi dengan baik terhadap diri mahasiswa psikologi ditengah mengerjakan skripsinya (Febriyanto, 2015). Sesuai dengan riset yang dilakukan oleh Maslita et al., (2021) yang menghasilkan bahwasannya pada regulasi emosi kognitif berpengaruh signifikan terhadap depresi mahasiswa tingkat akhir di masa pandemi *Covid – 19* dengan arah hubungan positif sehingga apabila regulasi emosi kognitif meningkat maka depresi mahasiswa tingkat akhir akan meningkat pula. Menurut Prayogi et al., (2020) tentang depresi yang seringkali terjadi pada mahasiswa tingkat akhir pada masa pandemic ini, hasilnya terdapat data di umur 18 – 19 tahun yang mendapatkan depresi golongan rendah senilai 20,32%, kemudian umur 20 – 21 tahun mendapatkan depresi golongan tinggi senilai 57,22%, sedangkan umur 22 – 23 tahun mendapatkan depresi golongan sedang senilai 22,46%. Rentang umur 21 hingga 25 tahun umumnya diisi oleh mahasiswa tingkat akhir yang mana pada masa usia tersebut mereka akan merasakan perubahan yang dinamis, mahasiswa yang menjalani proses perubahan ini kerap kali mengalami permasalahan dalam pengerjaan skripsi (Roellyana & Listiyandini, 2016).

Menurut Azizah dan Satwika (2021), saat individu bertemu dengan kesulitan ketika mengerjakan skripsi, reaksi yang dimunculkan dapat berbentuk reaksi fisik, selayaknya terjadi penurunan imun tubuh sehingga

rentang terhadap penyakit, menjadi lebih sensitif, mudah berkeringat, dan mudah lelah. Kemudian terdapat reaksi emosional pula yang seringkali muncul, seperti kecewa, sedih, mudah marah, mudah cemas, dan rasa rendah diri. Mahasiswa dengan tanggungan skripsi seringkali lebih merasakan kekhawatiran dan ragu ketika ingin menuntaskan skripsinya. Oleh karenanya dapat menyebabkan frustrasi individu karena adanya keraguan ketika menyelesaikan skripsi, kemudian menjadikan mahasiswa tingkat akhir tersebut merasa dirinya tidak berharga lalu putus asa. Oleh karena itu, muncul lah emosi yang dinamis untuk mahasiswa. Mahasiswa sering kali mendapatkan sebuah perasaan emosi yang positif, seperti kebanggaan atas perolehannya selama ini, harapan agar sukses di kemudian hari, dan merasakan nikmatnya pembelajaran. Tetapi, tak sedikit juga emosi yang negatif muncul, seperti perasaan marah yang disebabkan oleh jenuhnya lingkungan pendidikan, perasaan takut gagal, ataupun banyaknya tuntutan tugas (Corno & Anderman, 2015). Berbagai emosi diatas diperoleh mahasiswa tingkat akhir ketika mengerjakan skripsi mereka, baik emosi negatif ataupun emosi positif (Aprilia & Yoenanto, 2022).

Berdasarkan beberapa penelitian – penelitian sebelumnya, terdapat permasalahan – permasalahan terkait dengan regulasi emosi terhadap mahasiswa tingkat akhir, hal tersebut dibuktikan bersama adanya penelitian – penelitian yang terus dilakukan yang menandakan bahwa penelitian regulasi emosi pada mahasiswa tingkat akhir penting agar dilaksanakan, perihal itu menjadikan peneliti memiliki ketertarikan untuk mengkajinya lebih lanjut. Fenomena serupa terdapat pada satu diantara perguruan tinggi negeri di Surabaya, dari hasil wawancara yang telah dilakukan ke beberapa mahasiswa tingkat akhir, diperoleh hasil bahwa kebanyakan dari mereka mengatakan masih belum dapat meregulasi emosinya dengan baik, kebanyakan dari mereka memanfaatkan lingkungan pertemanannya untuk membantu mereka mengelola emosinya baik emosi positif maupun emosi negatif sehingga mereka dapat mengekspresikan emosinya dengan baik dan dapat diterima oleh lingkungannya. Mereka akan bercerita dan bertukar pikiran dengan teman sebayanya sehingga tidak menimbulkan respon emosi yang negatif. Mereka juga mengatakan bahwa ketika menghadapi suatu emosi negatif seperti munculnya permasalahan terkait dengan pengerjaan tugas akhir, mereka merasa marah, sedih, kecewa, dan tidak percaya diri sehingga menimbulkan rasa ragu untuk dapat menyelesaikan tugas akhir tersebut yang akhirnya menimbulkan sikap tidak peduli terhadap tugas akhir, seperti malas mengikuti bimbingan dan mengumpulkan progress. Sebagai mahasiswa tingkat akhir, terdapat banyak tuntutan yang akan mereka dapatkan. Ketika mereka sedang emosi, mereka mengatakan bahwa

kehadiran teman sebaya cenderung menenangkan, menasehati, memberikan kata – kata positif sehingga secara perlahan dapat membuat pikiran menjadi positif dan tidak terpengaruh oleh emosi negatif. Selain itu, mereka juga membantu mencari solusi yang terbaik atas suatu permasalahan yang sedang dialami. Jika ditanya seberapa efektif peran teman sebaya dalam meregulasi emosi, mereka cenderung mengatakan bahwa mereka dapat dengan mudah meregulasikan emosi yang dirasakan ketika bersama teman sebayanya, mereka menganggap peran teman sebaya sangatlah penting karena ia dapat mengambil peran untuk membantu mereka dalam menerima, mengontrol, serta mengekspresikan emosi yang dirasakan sehingga dapat diterima oleh lingkungan.

Regulasi emosi berdasarkan pernyataan Thompson (1994), yakni suatu proses ekstrinsik dan intrinsik yang bertanggung jawab untuk memantau, menganalisis, dan mengubah reaksi emosional, terutama aspek intens dan temporalnya, untuk mencapai suatu tujuan. Regulasi emosi melibatkan kemampuan seseorang yang secara fleksibel dapat mengelola emosi sesuai dengan tuntutan lingkungan. Sedangkan menurut Gross (2014), regulasi emosi mengacu pada pembentukan emosi yang dimiliki oleh seseorang, ketika seseorang memilikinya, dan bagaimana seseorang mengalami atau mengekspresikan emosinya. Berdasarkan definisi – definisi yang telah dijelaskan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengenali, mempengaruhi, mengevaluasi, memodifikasi, dan mengekspresikan emosi positif maupun negatif agar dapat diterima oleh lingkungan.

Regulasi emosi memiliki beberapa aspek – aspek seperti yang disampaikan oleh Thompson (1994), yaitu kemampuan memodifikasi emosi (*Emotions Modification*), melakukan evaluasi emosi (*Emotions Evaluating*), dan juga memonitor emosi (*Emotions Monitoring*). Sedangkan Gross (2014) mengemukakan berbagai dimensi atas regulasi emosi, yakni kemampuan menerima respon emosi (*Acceptance of emotional*), kemampuan mengontrol emosi (*Control emotional responses*), kemampuan tak mudah dipengaruhi oleh emosi negatif (*Engaging in goal directed behavior*), dan juga kemampuan strategi regulasi emosi (*Strategies to emotion regulation*).

Regulasi emosi memiliki sejumlah faktor yang memberikan pengaruh terhadap emosi seseorang, berbagai faktor tersebut diantaranya, yaitu hubungan *peer attachment*, hubungan kekeluargaan, pola asuh keluarga, suasana di dalam rumah, dan juga kondisi kesehatan. Menurut Armsden dan Greenberg (1987), hubungan teman sebaya ialah sebuah persepsi suatu individu tentang seberapa jauh mereka bersama teman sebayanya, bisa sama – sama saling memberikan pemahaman satu dengan

lainnya, sama – sama saling menjalin komunikasi secara baik, dan memperoleh perasaan yang aman serta nyaman atas teman sebaya mereka. Saat masa remaja, individu bisa mulai membangun hubungan dengan lebih lekat bersama teman sebayanya. Hubungan kelekatan ini terbangun dikarenakan adanya sistem kepercayaan dan juga jalinan komunikasi yang dibangun secara baik.

Menurut Mate dan Neufeld (2004), *peer attachment* atau hubungan teman sebaya ialah sebuah hubungan yang terdapat diantara individu dengan individu sebayanya, tak terkecuali terhadap sekelompok teman sebayanya. Individu bisa meniru maupun melihat tindakannya, pola pikirnya, dan juga dapat memberikan pemahaman terhadap seluruh perilaku yang dilakukan oleh teman sebayanya. Kemudian teman sebaya dapat menjadi penengah dari hal yang baik dan juga bagaimana seseorang tersebut melihat persepsi mengenai dirinya sendiri. Terdapat tiga dimensi penting dari *peer attachment* menurut Armsden dan Greenberg (1987), yakni *alienation* atau keterasingan, *trust* atau kepercayaan, dan yang terakhir *communication* atau komunikasi.

Sesuai dengan fenomena yang telah dipaparkan diatas, peneliti memiliki ketertarikan untuk membuat penelitian terkait dengan *peer attachment* dan regulasi emosi, terutama penelitian yang dilakukan pada mahasiswa tepatnya yang sedang berada di tingkat akhir. Penelitian lainnya dilakukan kepada murid *Boarding School*, di sekolah asrama serta sekolah regular, dan belum ditemukan riset penelitian yang membahas hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi pada mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir. Sehingga untuk pembaruan dalam penelitian ini maka, penelitian dengan mengangkat topik hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi pada mahasiswa tingkat akhir di perguruan tinggi negeri di Surabaya sangatlah penting untuk dilakukan.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi pada mahasiswa tingkat akhir.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif, dimana data – data riset yang dikumpulkan dan dianalisis berwujud angka (Jannah, 2018). Terdapat tiga ciri khusus pada metode ini yakni terdapat hipotesis penelitian, data dianalisis menggunakan perhitungan statistik, dan data berbentuk angka. Penelitian kuantitatif yang digunakan peneliti adalah penelitian kuantitatif korelasional yang memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan atau korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat sehingga dapat menjawab hipotesis yang telah dirumuskan.

Penelitian ini dilaksanakan di Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2018 Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya. Teknik pengambilan sampel mempergunakan sampel jenuh, yakni menggunakan jumlah keseluruhan dari populasi yang berjumlah 189 mahasiswa yang tersebar kedalam 5 kelas dengan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti yaitu, mahasiswa berusia 21 – 25 tahun dengan jenis kelamin laki – laki dan perempuan, dan mengambil program mata kuliah skripsi.

Metode pengumpulan data yang dipergunakan oleh peneliti adalah kuesioner berupa skala likert. Skala likert yang dipergunakan berupa skala *peer attachment* yang diadaptasi dari penelitian Husna (2020) dan skala regulasi emosi yang diadaptasi dari penelitian Yani (2020). Selanjutnya, uji validitas dilakukan untuk mengetahui mengenai sejauh mana tingkat akurasi, ketepatan, atau kesahihan yang dimiliki oleh suatu instrumen penelitian dalam menjalankan perannya dalam mengumpulkan data – data penelitian (Azwar, 2013). Dalam melakukan uji validitas, peneliti menggunakan bantuan program pengolah data yaitu aplikasi IBM SPSS versi 22 *for windows*. Sedangkan untuk uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui mengenai sejauh mana hasil pengukuran dari instrumen tersebut dapat dipercaya (Azwar, 2013). Dalam melakukan uji reliabilitas, peneliti menggunakan metode *single trial*. Uji reliabilitas dihitung menggunakan teknik statistik *Alpha Cronbach* dengan bantuan program pengolah data yaitu aplikasi IBM SPSS versi 22 *for windows*.

Teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah dengan melakukan uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas akan dilakukan dengan menggunakan rumus *Kolmogrov-Smirnov*. Sedangkan untuk uji linearitas akan dilakukan dengan menggunakan rumus Anova. Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi. Maka berdasarkan tujuan tersebut pada penelitian ini uji hipotesis akan dilakukan dengan menggunakan rumus *product moment correlation*. Seluruh proses analisis statistik dibantu dengan program pengolah data SPSS versi 22 *for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian yang dilakukan pada 150 mahasiswa tingkat akhir Psikologi, Universitas Negeri Surabaya mendapatkan hasil seperti di bawah ini:

Tabel 1. Hasil Uji Statistik Deskriptif

	N	Min	Max	Mean	Std. Deviaton
Peer Attachment	150	60	150	117.35	19.682
Regulasi Emosi	150	94	235	177.47	29.499
Valid N (listwise)	150				

Berdasarkan data yang telah didapatkan dari penelitian menunjukkan bahwa variabel *Peer Attachment* diketahui bahwa *mean* atau rata – rata yang diperoleh sebesar 117,35, standar deviasi yang diperoleh sebesar 19.682, dan nilai minimum yang diperoleh sebesar 60 serta nilai maximum yang diperoleh sebesar 150. Selanjutnya data yang didapatkan dari penelitian pada variabel *Regulasi Emosi* diketahui bahwa *mean* atau rata-rata yang diperoleh sebesar 177,47, standar deviasi yang diperoleh sebesar 29,499 dan nilai minimum yang diperoleh sebesar 94 serta nilai maximum yang diperoleh sebesar 235.

Penelitian ini menggunakan Uji Normalitas *Kolmogrov-Smirnov Test* yang diolah dengan bantuan *SPSS 22.0 for windows*. Uji Normalitas digunakan untuk melihat apakah penyebaran data pada variabel *Peer Attachment* dan variabel *Regulasi Emosi* berdistribusi normal atau tidak. Berikut kriteria dalam menentukan bahwa data tersebut berdistribusi normal atau tidak, apabila nilai probabilitas ($p > 0,05$) maka data dinyatakan berdistribusi normal dan sebaliknya apabila nilai probabilitas ($p < 0,05$) maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Nilai Sig	Ket
Peer Attachment	0,20	Data Berdistribusi Normal
Regulasi Emosi		

Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian menunjukkan bahwa hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi variabel *Peer Attachment* dan *Regulasi Emosi* yaitu 0,20. Sebagaimana diketahui bahwa nilai tersebut lebih dari 0,05 ($p > 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai yang diperoleh berdistribusi normal.

Uji Linearitas pada penelitian ini digunakan untuk melihat apakah terdapat hubungan yang linear antara variabel *Peer Attachment* dengan *Regulasi Emosi*. Berikut dasar pengambilan keputusan untuk menentukan bahwa data tersebut linear atau tidak. Jika nilai signifikansi *deviation from linearity* $> 0,05$ maka terdapat hubungan yang linear antara variabel bebas dengan variabel terikat dan jika nilai signifikansi *deviation from linearity* $< 0,05$

maka tidak terdapat hubungan yang linear antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

			Sig	Ket
Peer Attachment	Between Groups	Deviation from Linearity	0,147	Data Linear
Regulasi Emosi				

Berdasarkan data yang telah diperoleh dari penelitian menunjukkan bahwa hasil uji linearitas diketahui nilai signifikansi variabel *Peer Attachment* dan *Regulasi Emosi* yaitu 0,147. Sebagaimana diketahui bahwa nilai tersebut lebih dari 0,05 ($p > 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel *Peer Attachment* dengan *Regulasi Emosi*.

Penelitian ini menggunakan Uji Hipotesis menggunakan *Pearson Product Moment* dengan bantuan aplikasi *IBM SPSS 22 for windows*. Uji hipotesis dalam sebuah penelitian digunakan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara variabel *Peer Attachment* dengan *Regulasi Emosi* pada mahasiswa tingkat akhir. Berikut merupakan dasar pengambilan keputusan, jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka terdapat hubungan dan jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka tidak terdapat hubungan. Dalam menentukan hubungan atau korelasi terdapat pedoman koefisien korelasi, berikut merupakan pedoman koefisien korelasi:

Tabel 4. Pedoman Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,20	Korelasi sangat lemah
0,21 – 0,40	Korelasi lemah
0,41 – 0,60	Korelasi sedang
0,61 – 0,80	Korelasi kuat
0,81 – 1,00	Korelasi sangat kuat

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka untuk dapat mengetahui apakah terdapat adanya hubungan atau tidak perlu dilakukannya uji korelasi.

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi

		Peer Attachment	Regulasi Emosi
Peer Attachment	Pearson Correlation	1	0,525
	Sig. (2-tailed)		0,000
	N	150	150
Regulasi Emosi	Pearson Correlation	0,525	1

Sig. (2-tailed)	0,000	
N	150	150

Berdasarkan tabel hasil uji korelasi *product moment* tersebut diperoleh nilai signifikansi variabel *Peer Attachment* dan Regulasi Emosi adalah $0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *Peer Attachment* dan Regulasi Emosi pada mahasiswa tingkat akhir, Jurusan Psikologi Universitas Negeri Surabaya. Nilai koefisien korelasi diperoleh sebesar 0,525 sehingga dapat dikatakan variabel *Peer Attachment* dan Regulasi Emosi memiliki hubungan yang positif dan relatif sedang.

Pembahasan

Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *peer attachment* dan regulasi emosi pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini telah dilakukan pada 189 orang mahasiswa jurusan psikologi sesuai dengan kriteria subjek penelitian dengan 39 mahasiswa digunakan untuk tryout dan 150 mahasiswa digunakan untuk pengambilan data. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu “adanya hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi pada mahasiswa tingkat akhir”. Berdasarkan pembuktian hipotesis yang dilakukan menunjukkan bahwa nilai signifikansi variabel *peer attachment* dan regulasi emosi 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang signifikan, maka hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima.

Selain menunjukkan nilai signifikansi, korelasi *product moment pearson* juga menunjukkan koefisien korelasi. Koefisien korelasi sendiri memiliki tingkatan yang menunjukkan seberapa kuat hubungan yang didapatkan dari kedua variabel yang diteliti. Koefisien korelasi pada penelitian ini memiliki nilai sebesar 0,525 yang menunjukkan bahwa hubungan antara variabel *peer attachment* dan regulasi emosi termasuk pada arah hubungan yang positif dan termasuk dalam kategori sedang. Selain *peer attachment*, faktor – faktor lain yang dapat mempengaruhi regulasi emosi menurut Hurlock (2003) ialah kondisi kesehatan seseorang, suasana di dalam rumah, pola asuh keluarga, dan hubungan dengan para anggota keluarga. Menurut Nisfiannoor dan Kartika (2004) mengungkapkan bahwa faktor – faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi selain *peer attachment* adalah hubungan antara orangtua dan anak, umur dan jenis kelamin, serta hubungan interpersonal. Sejalan dengan itu, tidak hanya *peer attachment* yang dapat mempengaruhi regulasi emosi seseorang, namun religiusitas, usia, dan kepribadian seseorang juga dapat mempengaruhinya (Kusumawardani, 2019). Hendrikson (2013) mengungkapkan bahwa terdapat beberapa faktor yang

mempengaruhi regulasi emosi yaitu, faktor lingkungan dan pengalaman traumatik, polah asuh orangtua, usia, dan jenis kelamin.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rasyid (2012) menyebutkan bahwa adanya hubungan positif antara *peer attachment* dengan regulasi emosi. Remaja yang memiliki *peer attachment* yang baik akan mampu mengkomunikasikan secara terbuka mengenai emosi negatif yang dirasakan. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *peer attachment* dan regulasi emosi. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Chandra (2017) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi. *Peer attachment* atau hubungan dengan teman sebaya ini memberikan pengaruh terhadap regulasi emosi seseorang. Jadi semakin tinggi *peer attachment* akan mempengaruhi peningkatan regulasi emosi dalam taraf yang sedang dimana koefisien korelasi sebesar 0,525 termasuk kedalam kategori korelasi sedang.

Penelitian lain yang sejalan yaitu penelitian yang dilakukan oleh Febriyanto (2015) menunjukkan hasil bahwa regulasi emosi pada mahasiswa yang sedang menjalani proses pembuatan skripsi, tidak memiliki regulasi emosi yang positif dilihat dari informan yang merasa tertekan apabila skripsi banyak mengalami hambatan. Hal tersebut dapat menyebabkan stress, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi dan bahkan memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya. Menurut Azizah dan Satwika (2021), ketika individu menemukan kesulitan dalam mengerjakan skripsi, reaksi yang ditimbulkan bisa berupa reaksi fisik, seperti mudah lelah, berkeringat, menjadi lebih sensitif, dan menurunnya imun tubuh sehingga rentan terhadap penyakit. Reaksi emosional juga kerap terjadi, seperti rasa rendah diri, rasa cemas, mudah marah, sedih, atau bahkan kecewa. Hal tersebut menciptakan emosi yang dinamis bagi mahasiswa. Mahasiswa seringkali merasakan emosi positif, seperti menikmati pembelajaran, harapan untuk sukses, dan kebanggaan atas pencapaian yang didapat. Namun, tidak jarang pula emosi negatif muncul, seperti rasa marah terhadap tuntutan tugas, rasa takut untuk gagal, atau bahkan kebosanan dalam lingkup pendidikan (Corno & Anderman, 2015).

Naik turunnya emosi membuat kemampuan mengontrol emosi menjadi sangatlah penting. Istilah kemampuan mengontrol emosi ini dikenal sebagai regulasi emosi. Menurut Gross (2014), regulasi emosi mengacu pada pembentukan emosi yang dimiliki oleh seseorang, ketika seseorang memilikinya, dan bagaimana seseorang mengalami atau mengekspresikan emosinya. Aspek – aspek regulasi emosi seperti kemampuan strategi regulasi emosi (*Strategies to emotion regulation*), kemampuan

tidak terpengaruh emosi negatif (*Engaging in goal directed behavior*), kemampuan mengontrol emosi (*Control emotional responses*), dan kemampuan menerima respon emosi (*Acceptance of emotional*) (Gross, 2014). Regulasi emosi memiliki beberapa faktor yang dapat mempengaruhinya seperti kondisi kesehatan, suasana di dalam rumah, pola asuh keluarga, hubungan dengan para anggota keluarga, dan hubungan dengan teman sebaya.

Armsden dan Greenberg (1987) mengungkapkan bahwa suatu hubungan teman sebaya atau *peer attachment* merupakan suatu persepsi seseorang atau individu mengenai sejauh mana ia dan teman sebayanya dapat saling memahami satu sama lain, saling berkomunikasi dengan baik, dan juga mendapatkan rasa nyaman dan aman dari teman sebayanya tersebut. Ketika usia remaja, individu akan mulai membentuk ikatan yang lebih erat dengan teman sebayanya. Ikatan yang erat tersebut terbentuk karena jalinan komunikasi dan sistem kepercayaan yang tercipta dengan baik. Individu akan melihat dan meniru tindakan, cara berfikir, dan juga akan memahami semua tingkah laku yang dilakukan oleh teman sebayanya (Mate & Neufeld, 2004). Terdapat tiga aspek atau dimensi penting dari *peer attachment* menurut Armsden dan Greenberg (1987), yaitu komunikasi (*communication*), kepercayaan (*trust*), dan yang terakhir keterasingan (*alienation*).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada 150 subjek mahasiswa psikologi yang berada di tingkat akhir, mendapatkan hasil koefisien korelasi sebesar 0,525 sehingga menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki *peer attachment* atau hubungan teman sebaya yang baik dapat berpengaruh terhadap kemampuan meregulasi emosinya. Jika mahasiswa tersebut memiliki *peer attachment* yang baik maka ia dapat meregulasi emosinya dengan baik, dan begitupun sebaliknya ketika mahasiswa tidak memiliki hubungan dengan teman sebaya yang baik maka ia kurang bisa meregulasi emosinya dengan baik. Hasil tersebut didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rasyid (2012), dimana penelitian tersebut menunjukkan hubungan yang signifikan dan positif antara *peer attachment* dengan regulasi emosi. Hal serupa juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Zimmermann et al., (2001) tentang kelekatan teman sebaya dan regulasi emosi pada remaja dalam mengerjakan suatu permasalahan, yang memberikan hasil bahwa kelekatan pada teman sebaya dan regulasi emosi saling memberikan kontribusi dalam proses pemecahan masalah pada remaja utamanya pada penelitian ini adalah pemecahan masalah terkait dengan pengerjaan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir.

Selain memiliki *peer attachment*, remaja pada tahap ini memiliki ketegangan emosi yang cukup tinggi sebagai

akibat dari perubahan secara fisik dan kelenjar atau hormon. Keadaan yang demikian tersebut, kemudian ditambah dengan tekanan sosial, perubahan minat, peran dan kondisi lingkungan baru membuat ketegangan emosi pada remaja semakin bertambah tinggi (Hurlock, 2003). Salah satu bentuk emosinya adalah emosi negatif dan emosi positif. Kedua emosi ini, secara alamiah akan dikeluarkan oleh individu. Oleh karena itu, cara pengontrolan emosi yang akan dikeluarkan menjadi sangatlah penting, supaya tidak melakukan tindakan – tindakan negatif untuk mengeluarkan emosi mereka. Salah satu cara yang dapat digunakan ketika merasakan ketegangan emosi adalah dengan menceritakan perasaan dan pikiran mereka pada teman sebayanya. Mereka akan bercerita kepada teman terdekat yang bisa mengerti keadaan serta memahami perasaan mereka. Hal ini juga didapatkan dari hasil wawancara pada awal penelitian. Beberapa mahasiswa tingkat akhir mengungkapkan bahwa untuk menceritakan pikiran dan perasaan mereka adalah teman sebaya. Alasannya, mereka merasa tidak perlu khawatir pada tanggapan mereka, karena mereka akan selalu mengerti dan memahami situasi dan kondisi yang terjadi, menenangkan, menasehati, memberikan kata – kata positif sehingga secara perlahan dapat membuat pikiran menjadi positif. Selain itu, mereka juga membantu mencari solusi yang terbaik atas suatu permasalahan yang sedang dialami.

Jalinan komunikasi dalam penelitian ini merupakan aspek yang mendapatkan nilai paling tinggi dari semua aspek yang lain. Subjek dalam penelitian ini mengutamakan komunikasi dalam setiap pertemanan mereka, seperti saling bercerita terkait dengan pikiran dan perasaan yang dirasakan. Mereka akan saling bertukar informasi dan bercerita mengenai pengalaman serta hal – hal sederhana yang mereka lalui setiap harinya, mereka juga berbagi cerita tentang kendala apa saja yang mereka alami ketika mengerjakan skripsi sampai dengan menemukan solusinya bersama – sama. Berdasarkan hal tersebut, didapatkan fakta bahwa komunikasi merupakan hal yang sangat penting dari terbentuknya *peer attachment* yang baik.

Komunikasi itu sendiri berfungsi sebagai salah satu sarana untuk saling mengerti dan memahami antara satu dengan yang lainnya, sehingga hubungan yang terbentuk akan semakin erat. Selain itu, komunikasi juga berfungsi sebagai salah satu cara seseorang untuk mengungkapkan dan mengeluarkan pikiran, perasaan, serta emosi yang mereka rasakan, khususnya kepada teman sebaya mereka. Hal tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Rasyid (2012) yang mengungkapkan bahwa seseorang yang memiliki *peer attachment* yang baik akan mampu mengkomunikasikan secara terbuka mengenai emosi – emosi yang mereka rasakan.

Remaja yang mampu mengkomunikasikan pikiran dan perasaan mereka secara terbuka, akan merasakan hal – hal yang positif, contohnya merasa nyaman dan aman. Subjek dalam penelitian ini pun merasakan demikian. Setelah menceritakan pikiran dan perasaan mereka pada teman sebayanya, mereka merasa nyaman dan aman serta mendapatkan solusi yang terbaik. Beberapa yang lain mengatakan bahwa mereka biasanya meredam rasa amarah mereka dengan menceritakannya pada teman terdekat yang mereka percayai. Hal ini juga didapatkan peneliti dari hasil wawancara yang dilakukan di awal penelitian.

Individu yang memiliki kelekatan dengan teman sebayanya akan jauh lebih baik dan lebih terbuka dalam mengekspresikan pikiran, perasaan, serta emosi yang ia rasakan, sehingga mereka merasa lebih nyaman, bahkan dapat mengurangi emosi negatif yang dirasakan. Berdasarkan paparan diatas, diperoleh fakta bahwa *peer attachment* yang baik akan mampu membantu seseorang dalam melakukan regulasi emosi dimana di dalam penelitian ini seseorang yang dimaksud adalah mahasiswa yang sedang berada di tingkat akhir.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan menunjukkan nilai sebesar 0,525 sehingga hipotesis penelitian “adanya hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi pada mahasiswa tingkat akhir” dapat diterima. Nilai koefisien korelasi tersebut termasuk ke dalam kategori korelasi sedang dengan arah yang positif. Jika dilihat dari nilai signifikansinya, variabel *peer attachment* dan regulasi emosi memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang signifikan, sehingga dapat disimpulkan bahwa kecenderungan mahasiswa untuk meregulasi emosinya dapat dilihat dari hubungannya dengan teman sebayanya. Mahasiswa yang memiliki hubungan dengan teman sebaya yang baik maka ia dapat meregulasi emosinya dengan baik dan begitupun sebaliknya, ketika mahasiswa tidak memiliki hubungan dengan teman sebaya yang baik maka ia kurang dapat meregulasi emosinya dengan baik.

Saran

Sesuai dengan hasil penelitian, ada sejumlah saran yang bisa disampaikan atas peneliti, yaitu:

1. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir

Saran untuk mahasiswa tingkat akhir yaitu guna menciptakan serta melakukan peningkatan hubungan dengan teman sebayanya sehingga mahasiswa yang berada di tingkat akhir dapat

meregulasi emosinya dengan baik dengan begitu mahasiswa dapat terhindar dari emosi negatif yang dapat menimbulkan reaksi fisik, seperti menurunnya imun tubuh sehingga rentan pada penyakit, lebih sensitif, mudah berkeringat, juga lelah. Reaksi emosional pula kerap muncul, seperti kecewa, sedih, cemas, juga merasa rendah diri. Reaksi – reaksi tersebut dapat menyebabkan depresi sehingga kesulitan dalam mengerjakan skripsi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Harapan atas hasil penelitian ini mampu menjadi informasi penunjang untuk para pembaca maupun peneliti yang akan meneliti dengan variabel yang sama. Peneliti berharap penelitian selanjutnya dapat mengkaji lebih dalam lagi terkait dengan berbagai faktor lainnya dengan memiliki kemungkinan mempunyai hubungan bersama dua variabel sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, N. S., & Yoenanto, N. H. (2022). Pengaruh regulasi emosi dan persepsi dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa yang menyusun skripsi. *BRPKM: Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 2(1), 19–30. <https://www.e-journal.unair.ac.id/BRPKM/article/view/31924>
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427–454. <https://doi.org/10.1007/BF02202939>
- Azizah, J. N., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan antara hardiness dengan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pandemi Covid 19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 212–223. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/39116>
- Azwar, S. (2013). *Reliabilitas dan validitas* (4th ed.). Pustaka Pelajar.
- Chandra, A. (2017). *Hubungan antara peer attachment dengan regulasi emosi siswa di Boarding School SMPIT Nurul Islam Tenganan* [Skripsi Tidak Diterbitkan]. Universitas Kristen Satya Wacana.
- Corno, L., & Anderman, E. M. (2015). *Handbook of educational psychology* (3rd ed.). Routledge. <https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9781315688244>
- Febriyanto, R. S. (2015). Regulasi emosi pada mahasiswa yang sedang menjalani proses pembuatan skripsi. *Naskah Publikasi*, 270–282. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/37510>

- Gross, J. J. & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. *Handbook of Emotion Regulation*, 3–24. <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.688.8579&rep=rep1&type=pdf>
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. *Handbook of Emotion Regulation*, 3–20. <https://www.guilford.com/excerpts/gross.pdf>
- Hendrikson. (2013). *Faktor – faktor yang mempengaruhi emosi*. Gramedia.
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5th ed.). Erlangga.
- Husna, F. M. (2020). *Pengaruh kelekatan teman sebaya (peer attachment) terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Tahun Akademik 2019-2020*. [Skripsi Tidak Diterbitkan]. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Janah, M. R. (2015). Regulasi emosi dalam menyelesaikan permasalahan pada remaja. *Talenta Psikologi*, 4(1), 6–15. <https://adoc.pub/regulasi-emosi-dalam-menylesaikan-permasalahan-pada-remaja-.html>
- Jannah, M. (2018). *Metodologi penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Unesa University Press.
- Kusumawardani, A. (2019). *Pengaruh peer attachment dan religiusitas terhadap regulasi emosi remaja dengan orang tua tunggal* [Skripsi Tidak Diterbitkan]. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Lestari, D. A., & Satwika, Y. W. (2018). Hubungan antara peer attachment dengan regulasi emosi pada siswa kelas VIII di SMPN 28 Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2), 1–6. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/24586/22501>
- Luthfi, I. M. (2019). *Hubungan antara peer attachment dengan regulasi emosi pada santri DAR EL Hikmah Pekanbaru* [Skripsi Tidak Diterbitkan]. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Maslita, V. Q., Saraswati, P., & Hijrianti, U. R. (2021). Pengaruh regulasi emosi kognitif terhadap depresi pada mahasiswa tingkat akhir dimasa pandemi covid-19. *Cognicia*, 9(2), 76–84. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v9i2.18023>
- Mate, G. & Neufeld, G. (2004). *Hold on to your kids: Why parents need to matter more than peers*. Vintage Canada.
- Nisfiannoor, M., & Kartika, Y. (2004). Hubungan antara regulasi emosi dan penerimaan kelompok teman sebaya pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 2(2), 160 – 178. <https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-4957-M.Nisfiannoor,YuniKartika.pdf>
- Papalia, D. E. & Feldman, R. D. (2014). *Menyelami perkembangan manusia: Experience human development* (12th ed.). Salemba Humanika.
- Prayogi, A. R. Y., Hardini, P. P., Alamiyyah, M., Sari, K. I., Haqi, D. N., & Sari, J. D. (2020). Pengaruh antara faktor determinan terhadap tingkat depresi mahasiswa dimasa pandemi (Universitas Airlangga Surabaya). *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 2(2), 1–9. <https://doi.org/10.51602/cmhp.v2i2.42>
- Rasyid, M. (2012). Hubungan antara peer attachment dengan regulasi emosi remaja yang menjadi siswa di Boarding School SMA Negeri 10 Samarinda. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 1(3), 1–7. http://journal.unair.ac.id/filerPDF/110911006_ringkasan.pdf
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1, 29–37. <https://www.researchgate.net/publication/318128262>
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development: Perkembangan masa-hidup* (13th ed.). Erlangga.
- Silk, J. S., Steinberg, L., & Morris, A. S. (2003). Adolescents' emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development*, 74(6), 1869–1880. <https://doi.org/10.1046/j.1467-8624.2003.00643.x>
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25–52. <https://doi.org/10.1017/S0954579419000282>
- Yani, A. D. (2020). *Pengaruh peer attachment terhadap regulasi emosi pada mahasiswa yang mengikuti organisasi daerah*. [Skripsi Tidak Diterbitkan]. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Zimmermann, P., Maier, M. A., Winter, M., & Grossmann, K. E. (2001). Attachment and adolescents' emotion regulation during a joint problem-solving task with a friend. *International Journal of Behavioral Development*, 25(4). <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1080/01650250143000157>