

HUBUNGAN KELEKATAN ORANG TUA-ANAK DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA DI JAKARTA

Najwa Amellia^{1*}, Yossie Susanti Eka Putri²

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Kampus FIK UI, Jl. Prof. Dr. Bahder Djohan, Depok, Jawa Barat 16424

²Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Kampus FIK UI, Jl. Prof. Dr. Bahder Djohan, Depok, Jawa Barat 16424

**E-mail*: najwa.amellia@ui.ac.id

Received: 21 Juni 2025, Revised: 23 Juni 2025, Accepted: 30 Juli 2025

ABSTRAK

Kelekatan orang tua-anak merujuk pada kualitas hubungan emosional yang dibangun melalui interaksi yang hangat, responsif, dan konsisten yang berperan penting dalam perkembangan kemampuan regulasi emosi remaja. **Tujuan Penelitian:** Mengetahui hubungan kelekatan orang tua-anak dengan regulasi emosi pada remaja di Jakarta. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* analitik. Pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling* dengan metode *cluster sampling*, melibatkan 428 responden berusia 13–19 tahun di beberapa sekolah menengah di Jakarta. Instrumen yang digunakan mencakup *Inventory of Parent and Peer Attachment-Revised* (IPPA-R) dan *Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents* (ERQ-CA). Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner selama bulan Februari–Maret 2025, dan analisis bivariat menggunakan uji korelasi Pearson. **Hasil:** Rata-rata skor kelekatan orang tua-anak adalah 55,34. Sebanyak 239 remaja (55,8%) memiliki tingkat kelekatan yang tinggi, sementara 189 remaja (44,2%) memiliki tingkat kelekatan yang rendah. Dimensi kelekatan yang paling dominan dimiliki responden ialah kepercayaan (56,8%), diikuti keterasingan (24,4%), dan komunikasi (18,8%). Terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan orang tua-anak dan regulasi emosi pada remaja dengan arah korelasi negatif ($p\text{-value} = 0,036$; $r = -0,101$). **Diskusi:** Kelekatan yang tinggi tidak secara otomatis menyebabkan rendahnya regulasi emosi, melainkan mencerminkan ketidakseimbangan dimensi kelekatan, khususnya tingginya keterasingan dan rendahnya komunikasi, yang menghambat remaja dalam mengelola emosi secara adaptif. **Simpulan:** Perawat perlu melakukan skrining keterasingan emosional pada remaja dan mengembangkan intervensi berbasis keluarga yang berfokus pada peningkatan komunikasi dan pengurangan keterasingan. Integrasi materi kelekatan dalam kurikulum sekolah serta kampanye digital diperlukan sebagai upaya promotif kesehatan mental remaja.

Kata Kunci: kelekatan orang tua-anak, regulasi emosi, remaja

Correlation Between Parent–Child Attachment and Emotion Regulation Among Adolescents in Jakarta

ABSTRACT

Parent–child attachment refers to the quality of the emotional bond developed through warm, responsive, and consistent interactions, which plays a crucial role in the development of adolescents' emotional regulation abilities. Objective: This research aims to examine the correlation between parent–child attachment and emotion regulation among adolescents in Jakarta. Methods: This was an analytical cross-sectional research. The sample was selected using probability sampling through a cluster sampling technique, involving 428 adolescents aged 13–19 years from several secondary schools in Jakarta. Data were collected using the Inventory of Parent and Peer Attachment–Revised (IPPA-R) and the Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQ-CA). The survey was conducted between February and March 2025, and bivariate analysis was performed using Pearson correlation tests.

Results: The average parent–child attachment score was 55.34. A total of 239 adolescents (55.8%) had high attachment levels, while 189 adolescents (44.2%) had low levels of attachment. The most dominant attachment dimension was trust (56.8%), followed by alienation (24.4%) and communication (18.8%). A significant negative correlation was found between parent–child attachment and emotion regulation ($p = 0.036$; $r = -0.101$). **Discussion:** High attachment levels do not automatically lead to better emotional regulation; rather, the imbalance among attachment dimensions—particularly high alienation and low communication—may hinder adolescents' ability to regulate emotions adaptively. **Conclusion:** Nurses are encouraged to conduct emotional alienation screening among adolescents and develop family-based interventions focusing on enhancing communication and reducing alienation. Integration of attachment-focused content into school curricula and digital campaigns is recommended as part of adolescent mental health promotion efforts.

Keywords: parent–child attachment, emotion regulation, adolescents

LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan periode transisi yang penuh tantangan, ditandai dengan perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional yang signifikan (Mastorci et al., 2024). Pada tahap ini, kemampuan regulasi emosi menjadi komponen esensial dalam menunjang proses adaptasi terhadap lingkungan, sekaligus berperan penting dalam menjaga kesehatan mental secara berkelanjutan (Avedissian & Alayan, 2021). Namun demikian, prevalensi gangguan mental di kalangan remaja tergolong tinggi, baik secara global maupun nasional. World Health Organization (2024) melaporkan sekitar 14% remaja mengalami gangguan mental, sementara di Indonesia, sepertiga remaja menunjukkan gejala kecemasan, depresi, dan disfungsi keluarga (Wahdi et al., 2023). Lebih lanjut, data Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (2023) menunjukkan bahwa remaja di wilayah perkotaan memiliki kerentanan yang lebih tinggi terhadap gangguan mental dibandingkan dengan remaja di daerah pedesaan. Tingginya prevalensi ini mencerminkan adanya tantangan serius dalam proses perkembangan regulasi emosi remaja.

Kelekatan dengan orang tua berperan penting dalam pembentukan regulasi emosi remaja (Rosharudin et al., 2023). Teori kelekatan Bowlby (1983) menyatakan bahwa interaksi emosional yang aman dengan orang

tua mendukung perkembangan emosi yang sehat. Kelekatan yang aman dikaitkan dengan kemampuan regulasi emosi yang lebih baik, serta meningkatnya rasa optimisme, harga diri, dan pencapaian akademik (Mónaco et al., 2019; Hadi & Alfiasari, 2023; (Tabbada et al., 2022)). Sebaliknya, kelekatan yang tidak aman berpotensi menghambat kemampuan remaja dalam memahami dan mengelola emosinya serta meningkatkan risiko terjadinya perilaku agresif, depresi, bahkan keinginan bunuh diri (Purnama et al., 2024; Zhu et al., 2021; (Wang et al., 2024)).

Dalam konteks urban seperti Jakarta, dinamika kelekatan orang tua-anak menghadapi tantangan yang kompleks (Gemmell et al., 2023). Urbanisasi, tuntutan pekerjaan, kemacetan, serta penggunaan teknologi digital berkontribusi terhadap menurunnya kualitas interaksi emosional dalam keluarga (Hendriati & Okvitawanli, 2019; Davis & Hart, 2023). Fenomena ini berdampak terhadap peningkatan kasus kenakalan remaja seperti tawuran dan pergaulan bebas yang sering kali dipicu oleh lemahnya kontrol diri dan kurangnya pengawasan orang tua (Muharram & Prathama, 2022; Awaliah et al., 2025). Kondisi ini diperburuk oleh struktur keluarga yang tidak utuh yang berimplikasi terhadap kualitas kelekatan yang lebih rendah dan kesulitan dalam regulasi emosi (Ying et al., 2015; Damayanti et al., 2023).

Beberapa studi sebelumnya mengenai hubungan kelekatan orang tua dan regulasi emosi pada remaja umumnya difokuskan pada kelompok usia remaja akhir (17–19 tahun) serta belum secara mendalam mengeksplorasi pengaruh faktor sosial-budaya dan struktur keluarga dalam konteks wilayah urban seperti Jakarta (Pawulan et al., 2018; Maureen & Febrieta, 2024). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis hubungan antara kelekatan orang tua-anak dan regulasi emosi pada remaja usia 13–19 tahun di Jakarta. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan literatur keperawatan jiwa, mendukung strategi promotif dan preventif dalam peningkatan kesejahteraan emosional remaja, serta merumuskan implikasi klinis bagi praktik keperawatan jiwa yang berorientasi pada keluarga.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif noneksperimental menggunakan desain *cross-sectional* analitik. Populasi target mencakup seluruh remaja berusia 13–19 tahun di Jakarta, sedangkan populasi terjangkau terdiri atas remaja yang memenuhi kriteria inklusi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan ialah *probability sampling* dengan metode *cluster sampling*, yaitu populasi dibagi dalam kelompok-kelompok (kluster) untuk kemudian dipilih secara acak guna memperoleh sampel yang mewakili populasi secara heterogen (Turner, 2020). Penelitian dilaksanakan di lima sekolah menengah yang tersebar di lima wilayah administratif Kota Jakarta pada Februari hingga Maret 2025.

Kriteria inklusi meliputi remaja berusia 13–19 tahun yang merupakan siswa dari lima sekolah terpilih (SMPN 35 Jakarta Timur, SMPN 54 Jakarta Barat, SMAN 68 Jakarta Pusat, SMAN 15 Jakarta Utara, dan SMAN

109 Jakarta Selatan), berdomisili di Jakarta, tinggal bersama orang tua yang aktif dalam pengasuhan, serta mampu berbahasa Indonesia. Perhitungan sampel dilakukan dengan rumus Lemeshow yang menghasilkan sampel minimal 385 responden, kemudian ditambah 10% menjadi 428 responden untuk mengantisipasi *drop out*.

Pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan membagikan kuesioner kepada responden. Data dikumpulkan menggunakan dua instrumen. Instrumen pertama ialah *Inventory of Parent and Peer Attachment-Revised* (IPPA-R) yang dikembangkan oleh Gullone & Robinson (2005) serta dimodifikasi oleh Cahyani et al. (2024). IPPA-R terdiri atas 28 *item* yang mengukur kelekatan orang tua-anak pada tiga dimensi: kepercayaan (*trust*), komunikasi (*communication*), dan keterasingan (*alienation*). Instrumen ini menggunakan skala Likert 3 poin, mulai dari 1 (tidak benar) hingga 3 (selalu benar). Lima *item* dieliminasi melalui analisis faktor, sehingga jumlah *item* menjadi 23 *item*.

Versi asli dari instrumen IPPA-R dalam bahasa Inggris terbukti valid dan reliabel. Validitas konvergen diperoleh melalui analisis korelasi Pearson dengan *Parental Bonding Instrument* (PBI) dari Parker et al. (1979) yang menghasilkan korelasi positif yang kuat dengan dimensi kepedulian ($r = 0,73, p < 0,001$) serta korelasi negatif sedang dengan dimensi *overprotection* ($r = -0,51, p < 0,01$) (Gullone & Robinson, 2005). Uji reliabilitas menunjukkan $\alpha = 0,78$ untuk kepercayaan; $\alpha = 0,82$ untuk komunikasi; $\alpha = 0,79$ untuk keterasingan. Validitas isi instrumen IPPA-R dalam bahasa Indonesia menunjukkan I-CVI = 1,00 dan reliabilitas *Cronbach's alpha* masing-masing dimensi adalah $\alpha = 0,788$ (kepercayaan), $\alpha = 0,791$ (komunikasi), dan $\alpha = 0,678$ (keterasingan) (Cahyani et al., 2024). Klasifikasi kategori kelekatan ditetapkan dengan nilai rerata sebesar 55,34 sebagai

cut-off point, mengingat data menunjukkan distribusi normal dalam uji normalitas yang dilakukan. Kelekatan orang tua-anak dikatakan rendah jika $< 55,34$, kemudian dikatakan tinggi jika $\geq 55,34$.

Instrumen kedua ialah *Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents* (ERQ-CA) yang dikembangkan oleh Gullone & Taffe (2012) dan diadaptasi oleh Shanny et al. (2024). ERQ-CA terdiri dari 10 item yang mengukur dua dimensi regulasi emosi: penilaian ulang kognitif (*cognitive reappraisal*) dan penekanan ekspresif (*expressive suppression*). Instrumen ini menggunakan skala Likert 5 poin (1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = netral, 4 = setuju, 5 = sangat setuju). Interpretasi hasil pengisian kuesioner ERQ-CA menunjukkan bahwa regulasi emosi diklasifikasikan ke dalam kategori rendah dan tinggi berdasarkan nilai rerata 36,35 sebagai cut-off point, mengingat data berdistribusi normal sesuai hasil uji normalitas. Regulasi emosi dikatakan rendah

jika $< 36,35$, kemudian dikatakan tinggi jika $\geq 36,35$.

Instrumen ERQ-CA versi asli berbahasa Inggris menunjukkan hasil valid dan reliabel. Validitas konstruk kuat berdasarkan CFA (CFI = 0,942; RMSEA = 0,073 pada sampel total) dan reliabilitas yang baik ($\alpha = 0,83$ untuk penilaian ulang kognitif; $\alpha = 0,75$ untuk penekanan ekspresif) (Gullone & Taffe, 2012). Pada versi bahasa Indonesia, seluruh item dinyatakan valid, dengan koefisien korelasi antar-item 0,44–0,86 dan reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,79 untuk penilaian ulang kognitif, 0,62 untuk penekanan ekspresi, dan 0,70 untuk skala total (Shanny et al., 2024).

Uji normalitas data dilakukan menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan hasilnya menunjukkan distribusi normal. Oleh karena itu, analisis bivariat dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia dengan nomor surat

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, suku, tingkat pendidikan, dan struktur keluarga ($n = 428$)

Karakteristik Responden		Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis kelamin	Laki-laki	196	45,8
	Perempuan	232	54,2
Suku	Betawi	158	36,9
	Jawa	108	25,2
	Sunda	57	13,3
	Batak	13	3
	Tionghoa	3	0,7
	Minang	12	2,8
	Lainnya	77	18
Tingkat pendidikan	SMP	199	46,5
	SMA	229	53,5
Struktur keluarga	Ayah	20	4,7
	Ibu	75	17,5
	Ayah dan ibu	333	77,8

Tabel 2. Kategori kelekatan orang tua-anak pada remaja di Jakarta ($n = 428$)

Variabel	Batas Nilai	Frekuensi (n)	Persentase (%)	
Kelekatan orang tua-anak	Rendah	< 55,34	189	44,2
	Tinggi	$\geq 55,34$	239	55,8

Tabel 3. Distribusi frekuensi dimensi kelekatan orang tua-anak pada remaja di Jakarta

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)	
Kelekatan orang tua-anak	Kepercayaan	284	56,8
	Komunikasi	94	18,8
	Keterasingan	122	24,4

Tabel 4. Hubungan kelekatan orang tua-anak dengan regulasi emosi pada remaja di Jakarta ($n = 428$)

Variabel Independen	Variabel Dependen	Koefisien Korelasi	p -value	n
Kelekatan orang tua-anak	Regulasi emosi	-0,101	0,036	428

KET-027/UN2.F12.D1.2.1/PPM.00.02/2025.

HASIL

Pada penelitian ini, usia rata-rata responden ialah 15,65 tahun. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, suku, tingkat pendidikan, dan struktur keluarga ditampilkan di Tabel 1. Dari Tabel 1, diketahui bahwa lebih dari setengah jumlah responden berjenis kelamin perempuan (54,2%), berasal dari suku Betawi (36,9%), sedang menempuh pendidikan di jenjang Sekolah Menengah Atas (53,5%), dan sebagian besar tinggal bersama kedua orang tua dengan struktur keluarga lengkap (77,8%).

Skor rata-rata kelekatan orang tua-anak pada penelitian ini adalah 55,34. Tabel 2 menunjukkan bahwa lebih dari setengah jumlah responden berada pada tingkat kelekatan orang tua-anak yang tinggi (55,8%), sedangkan 44,2% lainnya berada pada kategori kelekatan

orang tua-anak rendah. Tabel 3 menunjukkan bahwa dimensi kepercayaan merupakan aspek kelekatan yang paling dominan dimiliki oleh responden (56,8%). Sementara itu, dimensi keterasingan ditemukan pada 122 responden (24,4%), dan dimensi komunikasi tercatat pada 94 responden (18,8%).

Skor rata-rata regulasi emosi pada penelitian ini adalah 36,35. Sebanyak 51,4% responden berada pada regulasi emosi tinggi, dan sebanyak 48,6% berada pada regulasi emosi yang rendah.

Hasil uji korelasi Pearson (Tabel 4) menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan orang tua-anak dengan regulasi emosi, dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,101 dan nilai signifikansi ($p = 0,036$; $p < 0,05$).

DISKUSI

Penelitian ini menunjukkan bahwa

terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan orang tua-anak dengan regulasi emosi pada remaja di Jakarta. Namun, nilai koefisien korelasi yang kecil menunjukkan bahwa kekuatan hubungan ini bersifat lemah sehingga tidak dapat disimpulkan bahwa kelekatan yang tinggi secara umum menyebabkan rendahnya kemampuan regulasi emosi. Temuan ini lebih tepat diinterpretasikan sebagai akibat dari ketidakseimbangan dimensi kelekatan, terutama tingginya dimensi keterasingan dan rendahnya dimensi komunikasi, yang dapat mengurangi efektivitas kelekatan dalam mendukung regulasi emosi yang adaptif.

Temuan ini berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Pawulan et al. (2018) dan Maureen & Febrieta (2024) yang menunjukkan korelasi positif antara kedua variabel. Perbedaan ini diduga berkaitan dengan karakteristik dimensi kelekatan pada sampel penelitian. Meskipun dimensi kepercayaan menunjukkan proporsi tertinggi (56,8%), keberadaan dimensi keterasingan yang cukup tinggi (24,4%) dan rendahnya komunikasi (18,8%) menjadi faktor krusial yang menjelaskan fenomena ini. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun remaja memiliki kepercayaan terhadap orang tua, mereka tetap mengalami kesulitan dalam membangun kedekatan emosional dan komunikasi yang terbuka.

Keterasingan yang tinggi tercermin dari kecenderungan remaja untuk merasa malu atau tidak nyaman membicarakan masalah dengan orang tua, mudah kesal saat berinteraksi, serta mengalami emosi negatif yang tidak disadari oleh orang tua. Selain itu, remaja cenderung merasa kurang diperhatikan, tidak memiliki figur pendukung, serta menganggap orang tua tidak memahami persoalan mereka. Kondisi ini mengindikasikan adanya jarak emosional dan kesepian meskipun sebagian besar responden berasal dari keluarga dengan struktur lengkap. Dengan demikian, kehadiran fisik orang

tua tidak selalu disertai dengan keterlibatan emosional yang memadai sehingga dukungan yang diberikan cenderung bersifat formal dan kurang efektif dalam menunjang perkembangan regulasi emosi.

Faktor penyebab tingginya keterasingan diduga terkait dengan produktivitas tinggi di Jakarta yang membatasi waktu interaksi antara orang tua dan anak (Larasari & Anis, 2024). Di satu sisi, remaja memahami peran orang tua dalam pemenuhan kebutuhan ekonomi, tetapi di sisi lain mereka juga merasakan dampak negatif dari keterbatasan waktu dan ketidakstabilan emosi orang tua di rumah yang berpotensi memperburuk rasa kesepian dan keterasingan (Azka & Ninin, 2023; Subtianah & Adawiah, 2023).

Regulasi emosi yang adaptif umumnya terkait dengan dukungan emosional, afek positif, serta bimbingan orang tua dalam pengelolaan emosi (Asiegbu, 2024). Pengabaian emosional dari orang tua dapat meningkatkan risiko kesulitan mengatur emosi, hambatan dalam interaksi sosial, gangguan kesehatan mental, penurunan prestasi akademik, serta perilaku maladaptif (Rahma et al., 2024).

Sementara itu, rendahnya komunikasi antara orang tua dan remaja terlihat dari kecenderungan remaja untuk tidak terbuka terhadap masalah dan perasaannya, tidak melibatkan orang tua dalam pengambilan keputusan, serta kurang aktifnya orang tua dalam membantu remaja memahami dirinya sendiri. Orang tua juga sering kali tidak menjadi sosok yang dapat diandalkan untuk berbagi masalah dan tidak merespons perasaan remaja dengan empati.

Perkembangan teknologi turut memengaruhi pola komunikasi, bahwa remaja lebih nyaman mengekspresikan diri melalui media sosial karena adanya rasa aman dan penerimaan (Chanra, 2024). Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk menciptakan

lingkungan keluarga yang terbuka dan hangat, serta memanfaatkan teknologi sebagai sarana komunikasi yang adaptif (Adabina & Handayani, 2022; Chaerani et al., 2024; Febri et al., 2024).

Selain itu, rendahnya komunikasi mencerminkan kurangnya keterbukaan dan konsistensi dalam interaksi sehari-hari yang menghambat pembentukan kelekatan emosional. Nilai-nilai budaya Betawi yang menjunjung keharmonisan keluarga juga dapat menekan ekspresi emosi terbuka jika komunikasi tidak efektif (Hamidah, 2017). Komunikasi yang efektif membuat remaja merasa didengar dan didukung secara emosional sehingga memperkuat kemampuan regulasi emosi (Atiqah et al., 2020; Ye, 2023). Komunikasi yang konsisten dan bermakna juga membantu orang tua memahami kebutuhan emosional anak secara mendalam (Priastuti et al., 2024).

Secara keseluruhan, tingginya keterasingan dan rendahnya komunikasi dalam penelitian ini menunjukkan adanya hambatan dalam pembentukan kelekatan yang sehat. Dengan demikian, korelasi negatif yang ditemukan lebih tepat dipahami sebagai dampak dari ketidakseimbangan dimensi kelekatan, bukan indikasi bahwa kelekatan secara umum berdampak buruk. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang berfokus pada pengurangan keterasingan emosional dan peningkatan komunikasi efektif melalui pengasuhan yang responsif, pelatihan keterampilan dialog, serta layanan konseling keluarga. Upaya ini diharapkan dapat memperbaiki kualitas kelekatan orang tua-anak dan mendukung perkembangan regulasi emosi remaja secara optimal.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan orang

tua-anak dengan regulasi emosi pada remaja di Jakarta. Namun, temuan ini tidak berarti bahwa kelekatan secara keseluruhan berdampak buruk, melainkan mengindikasikan bahwa dimensi spesifik kelekatan berpengaruh berbeda terhadap regulasi emosi. Dimensi positif seperti kepercayaan yang tinggi dan komunikasi yang terbuka seharusnya mendukung regulasi emosi, tetapi dalam konteks penelitian ini, dimensi keterasingan justru lebih dominan dan menghambat kemampuan remaja dalam mengelola emosi secara sehat. Oleh karena itu, intervensi ke depan harus berfokus pada penguatan dimensi positif kelekatan sekaligus mengurangi faktor keterasingan.

Dalam praktik keperawatan jiwa, temuan ini menekankan pentingnya peran perawat di komunitas dalam melakukan skrining dini terhadap remaja yang mengalami keterasingan emosional dari orang tua serta memberikan intervensi melalui *home visit* dan psikoedukasi. Selain itu, pengembangan modul intervensi berbasis keluarga yang melatih orang tua dalam membangun komunikasi empatik dan merancang kegiatan bersama yang konsisten sangat diperlukan. Integrasi materi mengenai kelekatan juga dapat dioptimalkan dalam program promosi kesehatan mental remaja, seperti menambahkan kurikulum bimbingan konseling di sekolah melalui modul interaktif berisi *role-play* komunikasi dengan orang tua dan diskusi kasus tentang keterasingan. Pendekatan digital juga penting, dilakukan melalui kampanye media sosial dan *webinar* tentang tantangan membangun kelekatan di era digital. Penelitian ini memperluas pemahaman mengenai peran dimensi kelekatan dalam regulasi emosi remaja di lingkungan urban. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif remaja secara lebih mendalam dengan pendekatan kualitatif atau *mixed methods*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adabina, N., & Handayani, E. (2022). Komunikasi online remaja dengan orang tuanya yang bekerja berperan dalam meningkatkan kepuasan hidup. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 5(2), 174–192.
- Asiegbu, M. (2024). Understanding the impact of parent-child relationships on emotion regulation: A comprehensive review. *Newport International Journal of Current Issues in Arts and Management*, 4(1), 25–31. <https://doi.org/https://doi.org/10.59298/nijciam/2024/4.1.253113>
- Atiqah, L., Latifa, R., & Solicha. (2020). The effect of parent-adolescent relationship, emotion regulation and demographic factors to sibling relationship in adolescence. *International Conference on Recent Innovations (ICRI 2018)*, 284–291. <https://doi.org/https://doi.org/10.5220/0009929102840291>
- Avedissian, T., & Alayan, N. (2021). Adolescent well-being: A concept analysis. *International Journal of Mental Health Nursing*, 30(2), 357–367. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/inm.12833>
- Awaliah, S., Putri, N. D., Lestari, R. A., Sari, P., Puriani, R. A., & Novirson, R. (2025). Fenomena pergaulan bebas di kalangan remaja pada era digital. *Harmoni Pendidikan : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(2), 23–25. <https://doi.org/https://doi.org/10.62383/hardik.v2i2.1533>
- Azka, F. A., & Ninin, R. H. (2023). Persepsi remaja dengan kedua orang tua yang bekerja mengenai keberfungsian keluarga. *Psyche: Jurnal Psikologi*, 5(1), 1–18. <https://doi.org/https://doi.org/10.36269/psyche.v5i1.1077>
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, K. K. R. I. (2023). *Depresi pada anak muda di Indonesia*. <https://drive.google.com/file/d/1162MxwfsiMJP8o4r3etYHTy6ui8hgINV/view>
- Bowlby, J. (1983). *Attachment and loss* (2nd ed., Vol. 1). Basic Books.
- Cahyani, N., Anindhita, V., & Abidin, F. A. (2024). The roles of parental attachment on the psychological well-being of Islamic Boarding School students. *Lentera Pendidikan : Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 27(1), 101–114. <https://doi.org/https://doi.org/10.24252/lp.2024v27n1i7>
- Chaerani, D. L., Damayanti, H., & Irawati, D. (2024). The influence of working parents' parenting patterns on self-disclosure on students. *European Journal of Psychological Research*, 11(2), 112–118.
- Chanra, H. (2024). Dampak penggunaan media sosial terhadap kehidupan remaja. *Tarbawi: Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam*, 7(1), 13–24. <https://doi.org/https://doi.org/10.51476/tarbawi.v7i1.578>
- Damayanti, D., Rakhmawati, R., & Khairun, D. Y. (2023). The adolescent emotional Regulation with a single parent and its implication on family education. *Jurnal Pendidikan Indonesia Gemilang*, 3(1), 62–67. <https://doi.org/https://doi.org/10.53889/jpig.v3i1.190>
- Davis, J., & Hart, J. L. (2023). Role of social media in adolescent-parent relationships among at-risk youths. *Journal of Social, Behavioral, and Health Sciences*, 17(1), 181–195. <https://doi.org/https://doi.org/10.5590/jsbhs.2023.17.1.13>
- Febri, H., Ndraha, A., Dethan, E., Sanosa, K., & Damanik, P. I. (2024). Peran orang tua dan keluarga dalam menghadapi tantangan etika remaja Kristen di era teknologi digital. *Jurnal Budi Pekerti Agama Kristen Dan Katolik*, 2(2), 20–34. <https://doi.org/https://doi.org/10.61132/jbpakk.v2i2.267>
- Gemmell, E., Adjei-Boadi, D., Sarkar, A.,

- Shoari, N., White, K., Zdero, S., Kassem, H., Pujara, T., & Brauer, M. (2023). "In small places, close to home": Urban environmental impacts on child rights across four global cities. *Health & Place*, 83, 103081. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2023.103081>
- Gullone, E., & Robinson, K. (2005). The inventory of parent and peer attachment—revised (IPPA-R) for children: A psychometric investigation. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 79, 67–79. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/cpp.433>
- Gullone, E., & Taffe, J. (2012). The emotion regulation questionnaire for children and adolescents (ERQ-CA): A psychometric evaluation. *Psychological Assessment*, 24(2), 409–417. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/a0025777>
- Hadi, Y., & Alfiasari. (2023). Parental and peer attachment as determinant factors of adolescent's optimism. *Journal of Child, Family, and Consumer Studies*, 2(2), 90–100. <https://doi.org/https://doi.org/10.29244/jcfcs.2.2.90-100>
- Hamidah, D. (2017). *Ethnoparenting pada suku Betawi (Studi etnografi di perkampungan Betawi Condet* [Undergraduate Thesis]. Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia.
- Hendriati, A., & Okvitawanli, A. (2019). Challenges of parenting in an urban setting. *Psychological Research on Urban Society*, 2(1), 36–43. <https://doi.org/https://doi.org/10.7454/proust.v2i1.43>
- Larasari, N. P., & Anis, A. (2024). Determinan produktivitas tenaga kerja berdasarkan provinsi di Indonesia usaha. *Media Riset Ekonomi Pembangunan (MedREP)*, 1(4), 842–852.
- Mastorci, F., Lazzeri, M. F. L., & Vassalle, C. (2024). The transition from childhood to adolescence: Between health and vulnerability. *Children*, 11(8), 1–15. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/children11080989>
- Maureen, C. L., & Febrieta, D. (2024). Peran kelekatan orang tua untuk meningkatkan regulasi emosi pada remaja akhir. *SCHEMA: Journal of Psychological Research*, 9(1), 37–45. <https://doi.org/https://doi.org/10.29313/schema.v9i01.4136>
- Mónaco, E., Schoeps, K., & Montoya-Castilla, I. (2019). Attachment styles and well-being in adolescents: How does emotional development affect this relationship? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(14), 2554. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph16142554>
- Muharram, H. Z., & Prathama, A. G. (2022). Identifikasi faktor risiko kenakalan remaja pada komunitas Kampung Kota yang terdampak penggusuran. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 6(1), 91–110. <https://doi.org/https://doi.org/10.26623/philanthropy.v6i1.2738>
- Parker, G., Tupling, H., & Brown, L. (1979). A parental bonding instrument. *British Journal of Medical Psychology*, 52, 1–10.
- Pawulan, R. A., Loekmono, L., & Irawan, S. (2018). Hubungan antara kelekatan orangtua dengan regulasi emosi remaja Pondok Pesantren Agro "Nuur El-Falah" Salatiga. *Psikologi Konseling*, 13(2), 231–248. <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/konseling.v13i2.12194>
- Priastuti, N. Z., Luqman, Y., & Rakhmad, W. (2024). Pengaruh intensitas komunikasi dan pola komunikasi keluarga konsensual terhadap kelekatan orang tua-anak pada keluarga long distance

- marriage. *Interaksi Online*, 12(4), 104–119.
- Purnama, N., Pramudita, A., Wiratmaja, L. V., & Riany, Y. E. (2024). The influence of parental attachment and peer interaction on the aggressive behavior of adolescents in Bogor. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 11(2), 119–128.
- Rahma, S. A., Ikhsan, A. P. P., & Yemima, D. (2024). Dampak pengabaian orang tua terhadap regulasi emosi anak. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 1–18. <https://doi.org/https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2649>
- Rosharudin, N. A., Hoesni, S. M., Ali, M. M., & Khairuddin, K. F. (2023). Parenting factors and emotion regulation among Asian adolescents: A systematic review. *International Journal of Academic Research in Business & Social Sciences*, 13(11), 1405–1429. <https://doi.org/https://doi.org/10.6007/ijarbss/v13-i11/19492>
- Shanny, M. B., Noer, A. H., & Pebriani, L. V. (2024). Psychometric properties of the emotion regulation questionnaire for children and adolescents (ERQ-CA) Indonesian version. *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal*, 6(6), 3089–3104. <https://doi.org/https://doi.org/10.47467/reslaj.v6i6.2360>
- Subtianah, S., & Adawiah, R. (2023). Dampak karir orang tua terhadap perkembangan remaja Kota Serang. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Non Formal*, 550–556.
- Tabbada, G. V. G., Rojo, J. L. D., Badiola, E. S., Nissi, K., Escaño, O., Baldeo, J. V. J., & Castillo, K. R. B. (2022). Parent-adolescent relationship: Impact on Senior High School Students in the National Capital Region. *International Journal of Multidisciplinary: Applied Business and Education Research*, 3(3), 476–491. [https://doi.org/10.11594/ijmaber.03.03.16](https://doi.org/https://doi.org/10.11594/ijmaber.03.03.16)
- Turner, D. P. (2020). Sampling methods in research design. *Headache*, 60(1), 8–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/head.13707>
- Wahdi, A. E., Wilopo, S. A., & Erskine, H. E. (2023). The prevalence of adolescent mental disorders in Indonesia: An analysis of Indonesia–National Mental Health Survey (I-NAMHS). *Journal of Adolescent Mental Health*, 72(3), S70. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.11.143>
- Wang, J., Chen, K., Huang, X., Jin, Z., He, J., Han, B., Feng, L., Meng, N., Yang, C., Yao, P., & Li, Z. (2024). Parent-child attachment mediates the association between parental conflict perceptions and suicide intention: A cross-sectional survey among Middle School Students in China. *Frontiers in Public Health*, 12, 1332095. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1332095>
- World Health Organization. (2024). *Mental health of adolescents*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Ye, X. (2023). Relationship between parent-child communication, adolescent emotional adjustment and depression symptoms. *Journal of Education and Educational Research*, 5(3), 247–249. <https://doi.org/https://doi.org/10.54097/jeer.v5i3.13745>
- Ying, L., Ma, F., Huang, H., Guo, X., Chen, C., & Xu, F. (2015). Parental monitoring, parent-adolescent communication, and adolescents' trust in their parents in China. *PLoS ONE*, 10(8), e0134730. <https://doi.org/https://doi.org/10.1371/journal.pone.0134730>
- Zhu, Y., Li, W., O'Brien, J. E., & Liu, T. (2021). Parent-child attachment moderates the associations between cyberbullying victimization and adolescents'

health/mental health problems:
An exploration of cyberbullying
victimization among Chinese
adolescents. *Journal of Interpersonal
Violence*, 36(17–18), NP9272–
NP9298. [https://doi.org/https://doi.
org/10.1177/0886260519854559](https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0886260519854559)