

## Pengaruh Attachment dan Harga Diri Terhadap Regulasi Emosi Siswa

(The Effect of Attachment and Self-Esteem on Emotion Regulation of Students)

Alif Mu'arifah<sup>1</sup>, Siti Muyana<sup>1\*</sup>, Wahyu Nanda Eka Saputra<sup>1</sup>, Zhooriyati Sehu Mohamad<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Pramuka No. 42, Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55161 Indonesia

<sup>2</sup>Department of Psychology, Faculty of Social Sciences and Liberal Arts, UCSI University, No 1. Jalan Menara Gading, Cheras, Kuala Lumpur, 56000 Malaysia

\*corresponding author, e-mail: siti.muyana@bk.uad.ac.id

Article received: June 17<sup>th</sup> 2019; revised: January 21<sup>st</sup> 2020; accepted: February 11<sup>th</sup> 2020

---

**Abstract:** Emotion regulation is an important variable to support students' optimal development. Students with high emotion regulation tend to minimize their aggressive behavior. However, some students have difficulty in regulating their emotions. Previous studies show that attachment and self-esteem influence emotion regulation. This study aims to examine the effect of the two variables on emotion regulation of students. 150 randomly selected students were involved in the study. Multiple linear regression was applied to analyze the research data. The results showed that there was a significant effect of attachments and self-esteem on emotion regulation. Attachment and self-esteem influence emotion regulation by 76.3% while other variables influence it by the remaining 23.7%. The result can be used as a basis for constructing guidance and counseling services that involve attachment and self-esteem to improve the emotion regulation of students.

**Keywords:** emotion regulation; attachment; self-esteem

**Abstrak:** Regulasi emosi menjadi unsur penting bagi siswa untuk menunjang perkembangannya secara optimal. Akan tetapi, ada berbagai macam masalah terkait rendahnya tingkat regulasi emosi siswa, misalnya siswa menunjukkan berbagai tindakan kekerasan bahkan perilaku agresi. Beberapa variabel yang berpengaruh terhadap regulasi emosi adalah *attachment* dan harga diri siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh *attachment*, harga diri dengan regulasi emosi siswa. Penelitian ini melibatkan sampel sebanyak 150 siswa yang dipilih secara acak. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *attachment* dan harga diri dengan regulasi emosi. *Attachment* dan harga diri memengaruhi kemampuan regulasi emosi siswa sebesar 76,3% dan sisanya 23,7% dipengaruhi oleh variabel lain. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi konselor sekolah dalam memberikan layanan yang tepat bagi siswa untuk meningkatkan regulasi emosi siswa dengan melibatkan variabel *attachment* dan harga diri siswa.

**Kata kunci:** regulasi emosi; *attachment*; harga diri

---

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa, di mana remaja melakukan pencarian identitas diri dalam bidang pribadi, sosial, bahkan kariernya (Mello & Worrell, 2015). Masa remaja adalah masa yang penuh dengan badai dan tekanan jiwa, yaitu masa terjadinya perubahan besar secara fisik, intelektual dan emosional pada seseorang yang menyebabkan kesedihan dan kebimbangan (konflik) pada yang bersangkutan, serta menimbulkan konflik dengan lingkungannya. Hal ini menuntut remaja untuk mampu mengoptimalkan potensi yang dimiliki untuk mengatur emosinya agar tidak berdampak pada perilaku maladaptif. Penelitian menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam meregulasi emosi dapat menunjang keberhasilan siswa dalam pencapaian kesuksesan akademik siswa (Gage et al., 2017; Sointu et al., 2017; Wigelsworth, Qualter, & Humphrey, 2017). Pemaparan tersebut yang mendasari bahwa regulasi emosi yang terjadi pada masa remaja menjadi bagian penting dalam perkembangan siswa.

Pentingnya komponen regulasi emosi siswa saat ini menjadi permasalahan tersendiri bagi siswa. Masa remaja juga merupakan masa di mana kemampuan regulasi emosi berada pada tingkat yang buruk, sehingga memunculkan banyak perilaku bermasalah, termasuk remaja dengan regulasi emosi yang buruk, tidak menyadari bahwa perilaku maladaptif yang mereka tunjukkan merupakan dampak dari buruknya kemampuan regulasi emosi mereka. Di lain pihak, kesadaran akan emosi yang dimiliki siswa menjadi prasyarat mutlak remaja untuk memiliki keterampilan dalam melakukan regulasi emosi (Rieffe et al., 2008). Kesadaran siswa akan emosi yang dimiliki perlu dibangun dan ditumbuhkembangkan agar siswa memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik.

Pemaparan pada paragraf sebelumnya ditunjukkan secara akurat dengan hasil penelitian terdahulu tentang regulasi emosi siswa. Tingkat regulasi emosi siswa di Indonesia menunjukkan bahwa rata-rata tingkat regulasi emosi subjek berada dalam kategori sangat rendah, yaitu sebanyak 28,8% dari total keseluruhan subjek (Mawardah & Adiyanti, 2014). Penelitian lain yang dilakukan pada 870 responden yang berumur 11 sampai 17 tahun menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kemampuan antara laki-laki dan perempuan dalam regulasi emosi (Neumann et al., 2010). Berbagai penelitian tersebut menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam melakukan regulasi emosi perlu mendapat perhatian dari berbagai pihak, baik pihak yang ada di dalam sekolah dan di luar sekolah.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa buruknya regulasi emosi siswa berpengaruh terhadap perilaku siswa yang bermasalah, terutama perilaku agresi. Penelitian menunjukkan bahwa rendahnya kecerdasan emosi pada diri siswa cenderung memiliki pengaruh yang signifikan terhadap munculnya perilaku agresi yang dilakukan oleh siswa (García-Sancho, Salguero, & Fernández-Berrocal, 2017; Robertson, Daffern, & Bucks, 2012; Sullivan et al., 2017). Penelitian lain menunjukkan bahwa emosi merupakan salah satu faktor penting munculnya perilaku *bullying* yang dilakukan remaja kepada rekan-rekannya (Jenkins et al., 2017; Zych et al., 2017) bahkan perilaku *cyberbullying* juga mereka lakukan (Ak et al., 2015; den Hamer & Konijn, 2016; Lonigro et al., 2015; Mawardah & Adiyanti, 2014). Pemaparan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa regulasi emosi yang buruk dapat menjadi salah satu pemicu munculnya permasalahan dalam diri siswa. Kondisi regulasi emosi yang buruk tentu tidak serta-merta muncul begitu saja, namun disebabkan oleh berbagai faktor.

Pada penelitian ini, peneliti berupaya mengidentifikasi faktor yang menjadi penyebab rendah atau tingginya regulasi emosi siswa. Hasil penelitian ini difokuskan pada dua faktor yang berpengaruh terhadap regulasi emosi siswa, yaitu *attachment* dan harga diri siswa. *Attachment* merupakan fondasi bagi pengembangan kapasitas individu untuk mengelola, mengenali, dan mengatur emosi mereka secara adaptif dan mengatasi peristiwa-peristiwa yang memicu stres (Pawulan et al., 2018). Pemaparan tersebut mendeskripsikan bahwa kemampuan remaja dalam meregulasi emosi berkaitan dengan *attachment*. Hasil penelitian Rasyid, (2012) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif antara *peer attachment* dengan regulasi emosi. Hubungan positif tersebut menunjukkan semakin tinggi *peer attachment* maka semakin tinggi pula regulasi emosi remaja. Menurut Bowlby, (2005) konsep *attachment* adalah bentuk tingkah laku yang dapat mengekal, ataupun untuk mendapatkan individu lain. Sedangkan regulasi emosi merupakan pengalaman intrinsik yang menghasilkan emosi dan kemudian diinformasikan pada kemampuan kognitif sehingga memberikan pengaruh dan rasa emosi terhadap perilaku (Vandekerckhove et al., 2008). Regulasi emosi menjadi unsur yang menjadi penyebab banyak perilaku bermasalah, oleh sebab itu perlu dilakukan upaya identifikasi faktor penyebab rendahnya regulasi emosi siswa, yaitu *attachment* dan harga diri siswa.

## METODE

Penelitian ini merupakan *non-experimental research* dengan *correlational design*. Langkah-langkah penggunaan desain korelasi yang dilakukan oleh peneliti yaitu: (a) melakukan pemahaman mendalam mengenai konstruk teoritik dari variabel yang digunakan dalam penelitian, yaitu *attachment*, harga diri dan regulasi emosi; (b) menyusun instrumen penelitian, yaitu skala *attachment* untuk mengukur *attachment* siswa, skala harga diri untuk mengukur tingkat harga diri siswa, dan skala regulasi emosi untuk mengukur tingkat kemampuan regulasi emosi siswa; (c) mengukur tingkat *attachment*, harga diri dan regulasi emosi dengan instrumen yang telah dibuat; (d) melakukan analisis data; dan (e) meninjau hasil-hasil penelitian terdahulu berkaitan dengan variabel *attachment*, harga diri dan regulasi emosi.

Penelitian ini menggunakan tiga instrumen, yaitu skala *attachment*, skala harga diri, dan skala regulasi emosi. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi *product moment* dan uji reliabilitas menggunakan rumus Alpha Cronbach. Instrumen yang pertama adalah skala *attachment*. Instrumen ini terdiri dari 60 butir pernyataan, yang setelah dilakukan uji coba, terdapat 47 butir pernyataan yang dinyatakan valid dengan koefisien 0,162 sampai 0,509 dan memiliki koefisien Alpha Cronbach 0,721 yang masuk pada kategori reliabilitas tinggi. Instrumen yang kedua adalah skala harga diri. Instrumen ini terdiri dari 48 butir pernyataan, yang setelah dilakukan uji coba, terdapat 43 butir pernyataan yang dinyatakan valid dengan koefisien 0,169 sampai 0,537 dan memiliki koefisien Alpha Cronbach 0,748 yang termasuk dalam kategori reliabilitas tinggi. Instrumen yang ketiga adalah skala regulasi emosi. Instrumen ini terdiri dari 36 butir pernyataan yang setelah dilakukan uji coba, terdapat 31 butir pernyataan yang valid dengan koefisien 0,163 sampai 0,508 dan memiliki koefisien Alpha Cronbach 0,706 yang termasuk dalam kategori reliabilitas tinggi.

Penelitian ini melibatkan sampel sejumlah 150 siswa yang tersebar di sekolah-sekolah di Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Statistik korelasi yang digunakan untuk mengukur kekuatan dari suatu hubungan atau untuk memprediksi sumbangan efektif yang berpengaruh terhadap variabel, yaitu statistik korelasi multivariat. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier berganda untuk mengidentifikasi pengaruh *attachment* dan harga diri dengan regulasi emosi siswa dengan uji prasyarat berupa uji normalitas, uji heteroskedastisitas, dan uji linieritas. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan rumus Kolmogorov Smirnov, uji heteroskedastisitas dilakukan dengan menggunakan rumus uji *park*, dan uji linearitas dilakukan dengan menggunakan *Test for Linearity*.

## HASIL

Uji regresi linier berganda perlu memenuhi uji asumsi, yaitu uji normalitas, heteroskedastisitas, dan linieritas. Uji asumsi yang pertama adalah uji normalitas dengan menggunakan Kolmogorov Smirnov yang bertujuan untuk menguji apakah data yang digunakan dalam penelitian berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas Kolmogorov Smirnov dengan bantuan SPSS ditampilkan pada tabel 1.

Berdasarkan hasil uji normalitas yang dijabarkan pada tabel 1, diketahui bahwa nilai signifikansi *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,200 lebih besar dari 0,05. Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas Kolmogorov Smirnov, diketahui bahwa data berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi atau persyaratan normalitas dalam model regresi terpenuhi.

Uji asumsi yang kedua adalah uji heteroskedastisitas. Uji heteroskedastisitas dengan uji Glejser bertujuan untuk menilai apakah ada ketidaksamaan varian dari residual untuk semua pengamatan pada model regresi linear. Uji heteroskedastisitas yang dilakukan dengan bantuan SPSS ditampilkan pada tabel 2.

**Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Regulasi Emosi**

N	153
Mean	0,0000000
Std. Deviation	10,9756060
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,200

Berdasarkan hasil uji heteroskedastisitas yang dijabarkan pada tabel 2, diketahui bahwa nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji heteroskedastisitas, diketahui bahwa tidak ditemukan gejala adanya heteroskedastisitas karena ketiga variabel signifikansinya lebih dari 0,05. Dengan demikian, asumsi atau persyaratan heteroskedastisitas pada variabel *attachment*, harga diri dan regulasi emosi dalam model regresi terpenuhi.

Uji asumsi yang ketiga adalah uji linieritas. Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel atau lebih memiliki hubungan linier secara signifikan atau tidak. Uji linieritas yang dilakukan dengan bantuan SPSS ditampilkan pada tabel 3 dan tabel 4. Berdasarkan hasil uji linieritas yang dijabarkan pada tabel 3, diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,109 lebih besar dari 0,05. Sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji linieritas, diketahui bahwa ada hubungan linier yang signifikan antara variabel *attachment* dan regulasi emosi. Dengan demikian, asumsi atau persyaratan linieritas pada variabel *attachment* dan regulasi emosi dalam model regresi terpenuhi.

Berdasarkan hasil uji linieritas yang dijabarkan pada tabel 4, diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,191 lebih besar dari 0,05. Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji linieritas, diketahui bahwa ada hubungan linier yang signifikan antara variabel harga diri dan regulasi emosi. Dengan demikian, asumsi atau persyaratan linieritas pada variabel harga diri dan regulasi emosi dalam model regresi terpenuhi.

Berdasarkan uji asumsi sebagai syarat dilakukan analisis regresi linier berganda, syarat dilakukannya uji regresi linier berganda telah terpenuhi. Hasil *output* penghitungan uji regresi linier berganda ditampilkan pada tabel 5. Tabel 5 menunjukkan bahwa tingkat rata-rata regulasi emosi 150 responden sebesar 155,4379 dengan standar deviasi 14,78560. Tingkat *attachment* siswa dengan jumlah responden 150 menunjukkan rata-rata sebesar 257,6933 dengan standar deviasi 19,02275. Tingkat harga diri 150 responden menunjukkan rata-rata sebesar 200,38 dengan standar deviasi 16,95065. Kemudian untuk identifikasi pengaruh *attachment* dan harga diri terhadap regulasi emosi siswa dijelaskan dengan *output* pada tabel 6.

Tampilan *output* SPSS model *summary* menunjukkan besaran *adjusted R2* sebesar 0,763. Hal ini memiliki arti bahwa variabel *attachment* dan harga diri memiliki pengaruh sebesar 76,3% terhadap tingkat regulasi emosi siswa. Sisanya, sebesar 23,7% kemampuan regulasi emosi siswa dipengaruhi oleh variabel lain. *Standart error of the estimate* menunjukkan koefisien sebesar 0,40773 yang berarti semakin kecil koefisien *standart error of the estimate*, akan membuat model regresi semakin baik dalam memprediksi variabel dependen. Tabel selanjutnya yang disajikan dalam analisis regresi linier berganda adalah tabel 7. Berdasarkan tabel 7, diperoleh nilai F hitung sebesar 63,388 dengan probabilitas 0,000. Oleh karena probabilitas jauh lebih kecil daripada 0,05 maka dapat diketahui bahwa koefisien regresi variabel *attachment* dan harga diri tidak sama dengan nol. Hal tersebut memiliki makna bahwa kedua variabel secara simultan berpengaruh terhadap kemampuan regulasi emosi siswa. Terakhir, *output* SPSS yang muncul adalah tabel *coefficients* seperti halnya yang tertera pada tabel 8.

Berdasarkan tabel 8 diketahui bahwa *attachment* dan harga diri signifikan pada taraf 5% dengan koefisien signifikansi di bawah 0,05. Signifikansi pada variabel *attachment* sebesar 0,02. Signifikansi pada variabel harga diri sebesar 0,000, sehingga dapat dimaknai bahwa *attachment* dan harga diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kemampuan siswa dalam regulasi emosi. *Attachment* dan harga diri memengaruhi kemampuan siswa dalam regulasi emosi sebesar 76,3% dan sisanya 23,7% dipengaruhi oleh variabel lain. Hasil analisis dengan menggunakan analisis regresi linier berganda dilakukan dengan menggunakan SPSS.

**Tabel 2. Hasil Uji Heteroskedastisitas Variabel Harga Diri dan Attachment**

Variabel	t	Sig.
Harga Diri	0,456	0,649
<i>Attachment</i>	0,844	0,400
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,200	

**Tabel 3. Hasil Uji Linieritas Attachment dan Regulasi Emosi**

	df	Mean Square	F	Sig.
Regulasi Diri dan <i>Attachment</i>	58	164,337	1,330	0,109

**Tabel 4. Hasil Uji Linieritas Harga Diri dan Regulasi Emosi**

	df	Mean Square	F	Sig.
Regulasi Diri dan Harga Diri	57	170,544	1,622	0,191

**Tabel 5. Output SPSS Statistik Deskriptif Variabel Regulasi Emosi, Attachment, dan Harga Diri**

<i>Descriptive Statistics</i>			
	Mean	Std. Deviation	N
Regulasi Emosi	155,4379	14,78560	150
Attachment	257,6933	19,02275	150
Harga Diri	200,38	16,95065	150

**Tabel 6. Hasil Pengaruh Attachment dan Harga Diri terhadap Regulasi Emosi**

<i>Model Summary<sup>b</sup></i>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of The Estimate
1	0,680a	0,763	0,456	0,40773

a. Predictors: (Constant), Harga Diri, Attachment  
 b. Dependent Variable: Regulasi Emosi

**Tabel 7. Output SPSS ANOVA**

<i>ANOVA<sup>b</sup></i>						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	15083.655	2	7541,827	63,388	0,000 <sup>a</sup>
	Residual	17489.845	147	118,979		
	Total	32573.500	149			

a. Predictors: (Constant), Harga Diri, Attachment  
 b. Dependent Variable: Regulasi Emosi

**Tabel 8. Output SPSS Coefficients**

<i>Coefficients</i>					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	20,992	12,399		1,693	0,093
Attachment	0,222	0,069	0,285	3,229	0,002
Harga diri	0,387	0,077	0,444	5,018	0,000

a. Dependent Variable: Regulasi Emosi

## PEMBAHASAN

Attachment menjadi salah satu variabel yang memiliki pengaruh terhadap regulasi emosi (Borelli et al., 2010; Waters et al., 2010). Temuan penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa attachment siswa dengan orangtua dan teman sebaya mendorong tingkah laku sosial yang sesuai dengan tingkat kesadaran emosional, empati, ekspresifitas tinggi, serta tingkat ekspresif negatif yang rendah (Laible, 2007). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa regulasi emosi dipelajari melalui attachment siswa dalam keluarganya yang dipengaruhi oleh iklim keluarga, ekspresi emosi yang ada dalam keluarga dan kualitas hubungan antar anggota keluarga (Morris et al., 2007). Selain itu, attachment dapat dihubungkan dengan gangguan kejiwaan melalui regulasi emosi yang buruk dan harapan yang rendah (Cloitre et al., 2008). Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan pentingnya aspek attachment siswa dengan orangtua dan lingkungan sosial terdekatnya yang membentuk kemampuan mereka melakukan regulasi emosi ketika menghadapi situasi tertentu.

*Attachment* siswa pada masa lampauya juga memiliki pengaruh dan dampak terhadap perkembangan siswa selanjutnya (Thompson, 2008), termasuk perkembangan regulasi emosi ketika mereka mengalami situasi tertentu. Pengalaman masa lampau tentang *attachment* siswa termasuk bagaimana pengalaman masa lampau terkait kedekatan siswa dengan orangtua, teman sebaya, dan masyarakat tempat ia tinggal memiliki pengaruh terhadap keterampilan siswa melakukan regulasi emosi. Bowlby menyebutkan bahwa perlakuan yang diberikan oleh figur lekat pada saat individu itu butuh, akan menjadi pengalaman yang tersimpan. Pengalaman tersebut akan memengaruhi harapan di masa datang mengenai adanya bantuan orang lain saat individu menemui ancaman serta bahaya (Ein-Dor et al., 2011). Siswa yang memiliki *attachment* buruk dengan lingkungan sekitar, tentunya akan berdampak negatif terhadap kemampuannya meregulasi emosi, karena tidak ada dukungan lingkungan terhadap perkembangan regulasi emosi. Sebaliknya, jika siswa memiliki *attachment* yang baik dengan lingkungan sekitar, lingkungan akan mendorong perkembangan regulasi emosi siswa, sehingga siswa cenderung memiliki regulasi emosi yang baik. Sebagai bukti bahwa faktor *attachment* siswa memiliki pengaruh dengan regulasi emosi adalah munculnya perilaku agresi pada siswa. Gaya *romantic attachment* anak muda dapat memperkuat atau melemahkan dampak agresi keluarga dalam hubungan pacaran dengan memuluskan keyakinan mereka tentang penerimaan agresi dan kemampuan mereka untuk mengatur kemarahan (Grych & Kinsfogel, 2010). Penelitian lain menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara bentuk *attachment* yang lebih menakutkan (kehadiran simultan dari kecemasan dan penghindaran hubungan) dan bentuk agresi yang lebih reaktif, yang melibatkan harapan permusuhan dengan orang lain (Critchfield et al., 2008).

Selain *attachment*, harga diri juga menjadi salah satu variabel yang berpengaruh terhadap regulasi emosi. Salah satu penelitian menyebutkan bahwa harga diri menjadi variabel yang memediasi variabel regulasi-emosi, keharmonisan keluarga, dan motivasi berprestasi dengan kecenderungan terlibat penyalahgunaan napza pada remaja (Safaria, 2012). Penelitian lain menyebutkan bahwa reaksi emosional merupakan akibat dari kondisi *distress* dan rendahnya harga diri yang dimiliki siswa (Blackhart et al., 2009). Selain itu, hasil *structural equation modeling* menunjukkan bahwa *mood clarity and emotional repair* memiliki hubungan langsung dan tidak langsung yang signifikan melalui *self-esteem* dengan kepuasan hidup pada remaja (Gomez-Baya et al., 2017).

Berdasarkan temuan penelitian ini dan didukung hasil-hasil penelitian terdahulu, harga diri menjadi hal penting sebagai salah satu variabel yang menentukan tingkat regulasi emosi siswa. Harga diri merupakan sebuah unsur konstruktif untuk perkembangan siswa yang optimal jika dibandingkan dengan narsisistik. Beberapa pihak kesulitan membedakan harga diri yang otentik dengan harga diri yang cenderung narsisistik. Temuan penelitian menunjukkan bahwa ketika harga diri otentik dan harga diri yang cenderung narsistik dibedakan secara empiris, harga diri sejati (*along with authentic pride*) secara positif terkait dengan hubungan sosial dan kesehatan mental yang berhasil, sedangkan harga diri narsisistik (*along with hubristic pride*) adalah positif terkait dengan agresi dan perilaku antisosial lainnya (Tracy et al., 2009). Temuan penelitian tersebut menjadi jelas untuk membedakan harga diri yang otentik dengan harga diri narsisistik, yang mana dampak dari keduanya berbeda signifikan. Harga diri yang otentik akan berdampak pada perkembangan yang konstruktif, sedangkan harga diri narsisistik berdampak destruktif bagi perkembangan siswa. Pendapat lain menyatakan bahwa narsisistik terdapat dua bentuk, yaitu *grandiose subtype* and *a vulnerable subtype*. Perbedaan mendasar antara keduanya adalah *grandiose narcissists* mengatur harga diri mereka melalui strategi yang jelas misalnya, penyegaran diri, dan devaluasi orang-orang yang mengancam harga diri mereka (Morf & Rhodewalt, 2001), sedangkan *vulnerable narcissists* diyakini bahwa harga diri bergantung pada persetujuan orang lain (Cooper & Maxwell, 1995). *Vulnerable narcissism* berkorelasi positif terhadap harga diri di berbagai domain sedangkan hubungan antara *grandiose narcissism* dengan domain spesifik dari harga diri bersifat lebih kompleks dan dapat berkorelasi negatif dan positif (Zeigler-Hill et al., 2008).

Harga diri merupakan salah satu unsur penting bagi perkembangan remaja yang optimal. Salah satu pentingnya harga diri bagi siswa adalah munculnya performa akademik siswa. Penelitian menyebutkan bahwa *self-esteem* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap performa akademik siswa (Forsyth et al., 2007). Terdapat hasil penelitian lain yang menyebutkan bahwa *self-esteem* memiliki korelasi yang signifikan terhadap prestasi belajar (Aryana, 2010; Pullmann & Allik, 2008). Hasil penelitian tersebut dapat dimaknai bahwa *self-esteem* dapat menjadi prediktor tingkat prestasi akademik siswa. Semakin tinggi

harga diri, maka semakin tinggi pula prestasi akademik yang dicapai siswa. Selain berpengaruh terhadap bidang akademik, harga diri juga memiliki pengaruh terhadap bidang non akademik. Harga diri yang rendah adalah prediktor terbaik untuk meningkatnya kesedihan. Selain itu, dalam penelitian tersebut ditemukan bahwa kesedihan juga mampu meramalkan penurunan harga diri (Ciarrochi et al., 2007).

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi para pemangku kepentingan, salah satunya adalah konselor sekolah. Konselor sekolah dapat menyusun sebuah program konseling untuk meningkatkan regulasi emosi siswa dengan memperhatikan variabel *attachment* dan harga diri. Program konseling yang disusun secara sistematis dan berkelanjutan diharapkan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan regulasi emosi, terutama ketika mereka menghadapi suatu persoalan atau kondisi yang berpotensi memunculkan tindak kekerasan. Jika tindakan kekerasan jarang ditemukan pada lingkungan tertentu, misalnya sekolah, maka *wellbeing* siswa akan terbangun dan memacu meningkatnya prestasi siswa. Studi menunjukkan bahwa sekolah yang memiliki tingkat kekerasan rendah, cenderung memiliki siswa yang menyadari aturan sekolah dan percaya bahwa sekolah adil, memiliki hubungan positif dengan guru mereka, merasa bahwa mereka memiliki kepemilikan di sekolah mereka, merasa bahwa mereka berada di ruang kelas dan lingkungan sekolah yang positif dan fokus pada pembelajaran, dan dalam lingkungan yang teratur (Johnson, 2009).

## SIMPULAN

Regulasi emosi merupakan salah satu variabel penting yang turut mendukung perkembangan siswa secara optimal. Semakin baik regulasi emosi siswa, semakin terminimalisir munculnya perilaku kekerasan siswa. Sebaliknya, semakin buruk regulasi emosi siswa, maka semakin berpotensi muncul perilaku kekerasan siswa. Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi dipengaruhi secara simultan oleh variabel *attachment* dengan harga diri. Penelitian ini merekomendasikan sebuah program layanan konseling untuk meningkatkan regulasi emosi siswa dengan melibatkan variabel *attachment* dan harga diri siswa.

## DAFTAR RUJUKAN

- Ak, Ş., Özdemir, Y., & Kuzucu, Y. (2015). Cybervictimization and cyberbullying: The mediating role of anger, don't anger me! *Computers in Human Behavior*, *49*, 437–443.
- Blackhart, G. C., Nelson, B. C., Knowles, M. L., & Baumeister, R. F. (2009). Rejection elicits emotional reactions but neither causes immediate distress nor lowers self-esteem: A meta-analytic review of 192 studies on social exclusion. *Personality and Social Psychology Review*, *13*(4), 269–309. <https://doi.org/10.1177/1088868309346065>
- Borelli, J. L., Crowley, M. J., David, D. H., Sbarra, D. A., Anderson, G. M., & Mayes, L. C. (2010). Attachment and emotion in school-aged children. *Emotion*, *10*(4), 475.
- Bowlby, J. (2005). *A secure base: Clinical applications of attachment theory* (Vol. 393). Taylor & Francis.
- Ciarrochi, J., Heaven, P. C., & Davies, F. (2007). The impact of hope, self-esteem, and attributional style on adolescents' school grades and emotional well-being: A longitudinal study. *Journal of Research in Personality*, *41*(6), 1161–1178.
- Cloitre, M., Stovall-McClough, C., Zorbas, P., & Charuvastra, A. (2008). Attachment organization, emotion regulation, and expectations of support in a clinical sample of women with childhood abuse histories. *Journal of Traumatic Stress*, *21*(3), 282–289.
- Cooper, J., & Maxwell, N. (1995). *Narcissistic wounds: Clinical perspectives*. Wiley-Blackwell.
- Critchfield, K. L., Levy, K. N., Clarkin, J. F., & Kernberg, O. F. (2008). The relational context of aggression in borderline personality disorder: Using adult attachment style to predict forms of hostility. *Journal of Clinical Psychology*, *64*(1), 67–82.
- den Hamer, A. H., & Konijn, E. A. (2016). Can emotion regulation serve as a tool in combating cyberbullying? *Personality and Individual Differences*, *102*, 1–6.
- Ein-Dor, T., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2011). Attachment insecurities and the processing of threat-related information: Studying the schemas involved in insecure people's coping strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, *101*(1), 78–93. <https://doi.org/10.1037/a0022503>

- Forsyth, D. R., Lawrence, N. K., Burnette, J. L., & Baumeister, R. F. (2007). Attempting to improve the academic performance of struggling college students by bolstering their self-esteem: An intervention that backfired. *Journal of Social and Clinical Psychology, 26*(4), 447–459.
- Gage, N. A., Adamson, R., MacSuga-Gage, A. S., & Lewis, T. J. (2017). The relation between the academic achievement of students with emotional and behavioral disorders and teacher characteristics. *Behavioral Disorders, 0198742917713211*.
- García-Sancho, E., Salguero, J. M., & Fernández-Berrocal, P. (2017). Ability emotional intelligence and its relation to aggression across time and age groups. *Scandinavian Journal of Psychology, 58*(1), 43–51.
- Gomez-Baya, D., Mendoza, R., Paino, S., & de Matos, M. G. (2017). Perceived emotional intelligence as a predictor of depressive symptoms during mid-adolescence: A two-year longitudinal study on gender differences. *Personality and Individual Differences, 104*, 303–312.
- Grych, J. H., & Kinsfogel, K. M. (2010). Exploring the role of attachment style in the relation between family aggression and abuse in adolescent dating relationships. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 19*(6), 624–640.
- Jenkins, L. N., Demaray, M. K., & Tennant, J. (2017). Social, emotional, and cognitive factors associated with bullying. *School Psychology Review, 46*(1), 42–64.
- Johnson, S. L. (2009). Improving the school environment to reduce school violence: A review of the literature. *Journal of School Health, 79*(10), 451–465.
- Laible, D. (2007). Attachment with parents and peers in late adolescence: Links with emotional competence and social behavior. *Personality and Individual Differences, 43*(5), 1185–1197.
- Lonigro, A., Schneider, B. H., Laghi, F., Baiocco, R., Pallini, S., & Brunner, T. (2015). Is cyberbullying related to trait or state anger? *Child Psychiatry & Human Development, 46*(3), 445–454.
- Mawardah, M., & Adiyanti, M. G. (2014). Regulasi emosi dan kelompok teman sebaya pelaku cyberbullying. *Jurnal Psikologi, 41*(1), 60–73.
- Mello, Z. R., & Worrell, F. C. (2015). The past, the present, and the future: A conceptual model of time perspective in adolescence. In *Time perspective theory: review, research and application* (pp. 115–129). Springer.
- Morf, C. C., & Rhodewalt, F. (2001). Unraveling the paradoxes of narcissism: A dynamic self-regulatory processing model. *Psychological Inquiry, 12*(4), 177–196.
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development, 16*(2), 361–388.
- Neumann, A., van Lier, P. A., Gratz, K. L., & Koot, H. M. (2010). Multidimensional assessment of emotion regulation difficulties in adolescents using the difficulties in emotion regulation scale. *Assessment, 17*(1), 138–149.
- 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). Retrieved from <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/Konseling/article/view/12194>
- Rasyid, M. (2012). Hubungan antara peer attachment dengan regulasi emosi remaja yang menjadi siswa di boarding school SMA Negeri 10 Samarinda. *1*(03), 7.
- Rieffe, C., Oosterveld, P., Miers, A. C., Terwogt, M. M., & Ly, V. (2008). Emotion awareness and internalising symptoms in children and adolescents: The Emotion Awareness Questionnaire revised. *Personality and Individual Differences, 45*(8), 756–761.
- Robertson, T., Daffern, M., & Bucks, R. S. (2012). Emotion regulation and aggression. *Aggression and Violent Behavior, 17*(1), 72–82.
- Safaria, T. (2012). Kecenderungan penyalahgunaan napza ditinjau dari tingkat religiusitas regulasi emosi, motif berprestasi, harga diri, keharmonisan keluarga, dan pengaruh negatif teman sebaya. *HUMANITAS (Jurnal Psikologi Indonesia), 4*(1), 13–24.
- Sointu, E. T., Savolainen, H., Lappalainen, K., & Lambert, M. C. (2017). Longitudinal associations of student–teacher relationships and behavioural and emotional strengths on academic achievement. *Educational Psychology, 37*(4), 457–467.
- Sullivan, T. N., Garthe, R. C., Goncy, E. A., Carlson, M. M., & Behrhorst, K. L. (2017). Longitudinal relations between beliefs supporting aggression, anger regulation, and dating aggression among early adolescents. *Journal of Youth and Adolescence, 46*(5), 982–994.
- Thompson, R. A. (2008). *Early attachment and later development: Familiar questions, new answers*.

- Tracy, J. L., Cheng, J. T., Robins, R. W., & Trzesniewski, K. H. (2009). Authentic and hubristic pride: The affective core of self-esteem and narcissism. *Self and Identity, 8*(2–3), 196–213.
- Vandekerckhove, M., Von Scheve, C., Ismer, S., Jung, S., & Kronast, S. (2008). *Regulating emotions: Culture, social necessity, and biological inheritance*. Wiley Online Library.
- Waters, S. F., Virmani, E. A., Thompson, R. A., Meyer, S., Raikes, H. A., & Jochem, R. (2010). Emotion regulation and attachment: Unpacking two constructs and their association. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 32*(1), 37–47.
- Wigelsworth, M., Qualter, P., & Humphrey, N. (2017). Emotional self-efficacy, conduct problems, and academic attainment: Developmental cascade effects in early adolescence. *European Journal of Developmental Psychology, 14*(2), 172–189.
- Zeigler-Hill, V., Clark, C. B., & Pickard, J. D. (2008). Narcissistic subtypes and contingent self-esteem: do all narcissists base their self-esteem on the same domains? *Journal of Personality, 76*(4), 753–774.
- Zych, I., Farrington, D. P., Llorent, V. J., & Ttofi, M. M. (2017). Personal protective factors against bullying: Emotional, social, and moral competencies. In *Protecting Children Against Bullying and Its Consequences* (pp. 23–40). Springer.