

Regulasi Emosi pada Remaja SMP X di Pesisir Kenjeran Surabaya

Rivayani Dwi Aprilia¹, Hasna Ghaziyah Wijaya², Wiwik Sulistiani³

^{1,2,3} Universitas Hang Tuah Surabaya

e-mail: rivayaniaprilialia04@gmail.com¹, hasnaghaziyahwijaya@gmail.com²,
wiwik.sulistiani@hangtuah.ac.id³

Abstrak

Kenakalan remaja, khususnya tawuran, menjadi permasalahan serius di wilayah pesisir Kenjeran, Surabaya. Salah satu penyebab kenakalan adalah ketidakmampuan mengontrol emosi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk perbedaan regulasi emosi berdasarkan jenis kelamin dan tingkat regulasi emosi pada remaja SMP berdasarkan kategori (tinggi, sedang, rendah). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan partisipan sebanyak 32 siswa. Instrumen yang digunakan adalah Skala Sosial Remaja (SSR) yang dikembangkan berdasarkan teori regulasi emosi Gross (2014). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa (81%) berada pada kategori sedang, sementara masing-masing 9% berada pada kategori tinggi dan rendah. Uji perbedaan menunjukkan adanya perbedaan signifikan berdasarkan jenis kelamin ($p=0,033$), di mana remaja laki-laki memiliki rata-rata regulasi emosi lebih tinggi (33,73) dibandingkan dengan remaja perempuan (29,71). Artinya, bahwa remaja laki-laki memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih baik.

Kata kunci: *Regulasi Emosi, Remaja, Pesisir, Kenjeran, Tawuran*

Abstract

Juvenile delinquency, especially brawls, is a serious problem in the coastal area of Kenjeran, Surabaya. One of the causes of delinquency is the inability to control emotions. The purpose of this study was to determine the differences in emotional regulation based on gender and the level of emotional regulation in junior high school adolescents based on categories (high, medium, low). This study used a quantitative approach with 32 students as participants. The instrument used was the Adolescent Social Scale (SSR) which was developed based on Gross's (2014) emotional regulation theory. The results showed that the majority of students (81%) were in the medium category, while 9% were in the high and low categories. The difference test showed a significant difference based on gender ($p = 0.033$), where male adolescents had a higher average emotional regulation (33.73) compared to female adolescents (29.71). This means that male adolescents have better emotional regulation abilities.

Keywords: *Emotional Regulation, Adolescents, Coastal, Kenjeran, Brawls.*

PENDAHULUAN

Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan tingkat pendidikan dasar dalam sistem pendidikan formal di Indonesia yang diikuti setelah menyelesaikan Sekolah Dasar (SD). Pendidikan di SMP berlangsung selama tiga tahun, dari kelas VII hingga kelas IX, dan menjadi bagian dari program Wajib Belajar 9 Tahun. Pada jenjang ini, siswa berusia sekitar 12 hingga 14 tahun, yang merupakan masa awal remaja. Masa ini sangat penting karena pada usia tersebut, terjadi banyak perubahan baik secara fisik maupun emosional. Siswa yang memasuki masa remaja awal sering kali mengalami emosi yang labil dan sulit dikendalikan. Akibatnya, terdapat kecenderungan untuk melawan peraturan, terlibat dalam tindakan kerusuhan, atau mengeksplorasi hal-hal baru yang penuh tantangan (Hastutiningtyas *et al.*, 2021). Kondisi ini semakin kompleks ketika remaja tinggal di wilayah pesisir seperti Kenjeran Surabaya, yang memiliki karakteristik sosial dan ekonomi tersendiri.

Sekolah Menengah Pertama (SMP) di wilayah pesisir Surabaya berada di kawasan yang dikenal dengan kehidupan maritim dan aktivitas ekonomi yang erat kaitannya dengan laut. Salah satu kawasan pesisir di Provinsi Jawa Timur adalah Pesisir Kenjeran, yang terletak di Surabaya. Penduduk di Pesisir Kenjeran sangat tergantung pada sumber daya laut sebagai sumber penghidupan mereka, di samping berprofesi di bidang pertanian pesisir dan pariwisata (Anjani dan Puspaningtyas, 2024). Kondisi sosial-ekonomi di wilayah ini cukup berbeda dibandingkan dengan kawasan perkotaan lainnya, yang berdampak langsung pada pendidikan dan perkembangan siswa di SMP. Umumnya, siswa SMP berusia sekitar 13 sampai 17 tahun yang berada pada kategori remaja awal (Santrock, 2024).

Masa remaja sering disebut sebagai masa pemberontakan, di mana anak yang baru memasuki pubertas cenderung menunjukkan perubahan emosi yang signifikan. Remaja sering kali menjauhkan diri dari hubungan keluarga dan menghadapi berbagai tantangan, baik di sekolah, di rumah, ataupun dalam pergaulan dengan teman-temannya (Hamdani *et al.*, 2024). Masa remaja adalah fase transisi dari anak-anak menuju kedewasaan. Dalam setiap tahap transisi, sering kali muncul ketidakjelasan mengenai status dan keraguan tentang peran yang seharusnya dijalani. Pada periode ini, remaja tidak lagi dianggap sebagai anak, tetapi juga belum sepenuhnya menjadi dewasa. Mereka sering mengalami perubahan dalam pola pikir dan emosi, serta mengekspresikan penerimaan terhadap lingkungan melalui perilaku mereka (Putra, 2018). Masa remaja ditandai oleh ketidakstabilan emosi, di mana perilaku mereka sangat dipengaruhi oleh perasaan atau emosi. Seperti yang dinyatakan oleh Santrock, masa remaja adalah periode yang dipenuhi dengan tekanan dan gejolak emosional.

Perkembangan emosi remaja berlangsung melalui tiga tahap, yaitu emosi remaja, (hormon, pengalaman dan emosi) dan kompetensi emosional. Pada tahap emosi remaja, ditandai dengan mudah merajuk dan tidak mengetahui bagaimana cara mengekspresikan perasaan dengan mudah. Emosi remaja dapat berubah akibat pengaruh hormon, pengalaman pribadi, serta lingkungan di sekitarnya, yang meliputi perubahan fisik terkait hormon dan pengalaman yang didapat dari hubungan sosial dan kondisi sekitar, seperti ketika remaja memasuki sekolah munculnya pengalaman seksual dan perubahan pubertas berkaitan dengan meningkatnya emosi negatif. Pada tahap kompetensi emosional, remaja cenderung lebih memahami pola emosinya, seperti halnya perasaan bersalah akibat marah, remaja juga lebih menyukai menampakan emosinya pada orang lain (Santrock, 2024).

Masa remaja merupakan fase penting dalam perkembangan menuju kedewasaan. Pada tahap ini, remaja seringkali menghadapi berbagai macam permasalahan, termasuk kecenderungan untuk melakukan tindakan yang menyimpang dari nilai-nilai sosial. Penyimpangan perilaku remaja kini menjadi isu yang semakin mengkhawatirkan, seperti yang banyak dilaporkan di berbagai media. Berbagai bentuk perilaku menyimpang, seperti merokok, penyalahgunaan narkoba, seks bebas, tawuran, pencurian, serta tindakan kriminal lainnya. Perilaku-perilaku ini tidak hanya merusak masa depan remaja, tetapi juga membawa konsekuensi hukum dan pelanggaran norma-norma yang berlaku di masyarakat (Hamdani *et al.*, 2024). Tawuran adalah salah satu bentuk perilaku menyimpang yang sering dilakukan remaja, yang mencerminkan kecenderungan remaja untuk melakukan tindakan melanggar aturan. Tindakan ini berpotensi merugikan atau menyebabkan kerusakan, baik bagi diri sendiri dan juga orang lain yang terjadi pada remaja dengan usia di bawah 17 tahun (Sari, 2023). Aksi tawuran merupakan fenomena kenakalan remaja yang melanggar aturan dan berpotensi merugikan diri sendiri maupun orang lain. Fenomena ini sering dipicu oleh tekanan sosial, pencarian jati diri, serta pengaruh lingkungan dan media sosial. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap perilaku menyimpang tersebut adalah rendahnya kemampuan remaja dalam mengelola dan meregulasi emosinya.

Regulasi emosi adalah tahapan yang dilakukan untuk mempengaruhi emosi yang dirasakan remaja, termasuk kapan emosi itu timbul dan bagaimana proses remaja mengalami atau mengekspresikannya. Menurut Gross (2014), regulasi emosi melibatkan berbagai pendekatan yang diterapkan untuk mengelola reaksi emosional, baik dalam situasi positif maupun negatif. Proses ini penting karena kemampuan untuk mengatur emosi dapat berdampak signifikan pada kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, dan pengambilan keputusan.

Gross (2014) menjelaskan bahwa terdapat empat aspek untuk menilai kemampuan regulasi emosi, yaitu: (a) kemampuan menggunakan strategi regulasi emosi, yaitu keyakinan dalam menggunakan strategi untuk mengatasi masalah, meredakan emosi negatif, serta menenangkan diri dengan cepat; (b) kemampuan tidak terpengaruh emosi negatif, yaitu kemampuan untuk tetap berpikir dan bertindak efektif meskipun sedang mengalami emosi negatif; (c) kemampuan mengendalikan emosi, yaitu kemampuan untuk mengendalikan emosi dan respons fisiologis, perilaku, atau nada suara agar tidak bereaksi berlebihan; (d) kemampuan menerima respons emosi, yaitu kemampuan untuk menerima respons emosional tanpa merasa malu ketika menghadapi situasi yang memicu emosi negatif.

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2018 mencatat sekitar 202 anak yang terlibat dalam konflik hukum akibat terlibat dalam perkelahian massal dalam dua tahun terakhir. Menurut Arfian (2022) data yang dikumpulkan Komisi Perlindungan Anak Daerah (KPAD) hingga saat ini, tercatat 12 hingga 15 kasus perkelahian massal atau tawuran yang terjadi hingga September 2022. Dalam kasus-kasus tersebut, banyak siswa yang terlibat. Para pelaku yang terlibat dalam perkelahian massal ini terdiri dari siswa aktif dan yang telah putus sekolah. Data ini menunjukkan bahwa masalah tawuran bukanlah hal baru, melainkan sebuah persoalan yang terus berulang dan melibatkan anak-anak yang seharusnya masih berada dalam tahap pendidikan dan pengembangan diri. Permasalahan tawuran di daerah Jakarta Pusat semakin bertambah dari bulan Juni hingga Juli 2023. Sekitar 90 persen pelaku tawuran masih di usia remaja, baik pelajar maupun yang tidak melanjutkan sekolah (Olivia dan Movanita, 2023). Tawuran yang terjadi di kalangan remaja kini sering terjadi di pesisir Kenjeran, Surabaya. Salah satunya yang terjadi pada tanggal 9 Desember 2023. Menurut Rahman (2023) tawuran antar kelompok remaja yang terjadi di Jalan Kenjeran, Surabaya menewaskan seorang remaja berusia 16 tahun. Menurut Kasat Reskrim Polrestabes Surabaya, motif tawuran ini berawal dari tantangan yang diterima para remaja melalui Instagram sebagai bentuk pencarian jati diri. Setelah berpindah-pindah lokasi, bentrokan terjadi di rel kereta Sidotopo, di mana remaja tersebut menjadi korban pengeroyokan, meskipun ia bukan target utama. Polisi menetapkan lima remaja sebagai tersangka, dua di antaranya, berusia 16 dan 17 tahun, diduga sebagai pelaku pembacokan, sementara tiga lainnya membawa senjata tajam. Berdasarkan keterangan dari guru BK di SMP X Surabaya, terdapat siswa yang pernah terlibat dalam kegiatan tawuran. Hal ini juga diperkuat oleh pengakuan dari beberapa siswa yang diwawancarai, yang mengonfirmasi bahwa pernah terjadi keterlibatan siswa dalam tawuran.

Fenomena tawuran antar kelompok pada remaja terjadi karena ketidakmampuan mengelola emosi yang labil, sehingga mudah terprovokasi untuk bertindak agresif (Putra *et al.*, 2019). Hal ini selaras dengan pendapat Monks (2014) yang mengemukakan bahwa emosi pada remaja awal cenderung sangat intens dan sulit dikendalikan. Akibatnya, remaja cenderung menyimpan perasaan tersebut atau berperilaku agresif terhadap lingkungan sekitar. Rendahnya kemampuan pengelolaan emosi ini mengakibatkan remaja tidak mempertimbangkan konsekuensi dari keputusan yang diambil, sehingga remaja seringkali membuat keputusan yang tidak tepat. Kemampuan mengelola emosi dan mengekspresikannya dengan baik disebut dengan regulasi emosi. Berdasarkan penelitian Maricha (2024) menunjukkan adanya perbedaan regulasi emosi antara perempuan dan laki laki dengan hasil rata-rata deskriptif yang menunjukkan bahwa remaja perempuan memiliki skor rata-rata regulasi emosi yang lebih tinggi (57.30) dibandingkan dengan remaja laki-laki (56.00).

Konsekuensi negatif dari rendahnya kemampuan pengendalian emosi pada remaja, seperti perilaku menyakiti diri sendiri, agresivitas, masalah psikososial, tekanan akademik, penggunaan internet bermasalah (PIU), ketergantungan terhadap media sosial, dan tindakan bunuh diri (Pamungkas dan Sumardiko, 2024). Ketika kemampuan mengelola emosi semakin lemah, risiko remaja untuk mengalami dampak-dampak negatif ini pun semakin besar, dengan potensi berlanjut hingga jangka panjang. Melihat tingginya kasus kenakalan remaja seperti tawuran dan rendahnya kemampuan pengelolaan emosi di kalangan remaja pesisir, maka penting untuk memahami lebih dalam bagaimana regulasi emosi terbentuk dan berkembang pada remaja. Pemahaman ini akan memberikan gambaran terhadap kondisi psikososial remaja di Pesisir Kenjeran Surabaya serta menjadi dasar dalam merancang intervensi maupun program pembinaan yang sesuai.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Regulasi Emosi pada Remaja SMP X di Pesisir Kenjeran Surabaya” yang bertujuan: (1) untuk mengetahui Regulasi Emosi pada Remaja SMP X di Pesisir Kenjeran Surabaya berdasarkan kategori (tinggi, sedang, rendah); (2) untuk mengetahui adanya perbedaan Regulasi Emosi pada Remaja SMP X di Pesisir Kenjeran Surabaya berdasarkan Jenis Kelamin.

METODE

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa SMP X Surabaya, dengan total 32 siswa yang terlibat. Usia subjek penelitian berkisar antara 13 hingga 15 tahun yang disajikan pada Tabel 1. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode statistik untuk mengolah data angka. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan Skala Sosial Remaja (SSR) secara langsung kepada siswa. Skala Sosial Remaja (SSR) dengan koefisien reliabilitas (α) 0.834 terdiri dari 11 item yang didistribusikan dalam empat subskala, yaitu: (1) kemampuan strategi regulasi emosi (*strategies to emotion regulation*); (2) kemampuan tidak terpengaruh emosi negatif (*engaging in goal-directed behavior*); (3) kemampuan mengontrol emosi (*control emotional responses*); (4) kemampuan menerima respon emosi (*acceptance of emotional response*). Skala ini disusun oleh peneliti dalam bentuk Skala Likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Pada item yang bersifat favourable (mendukung variabel regulasi emosi), skor diberikan dari 1 hingga 4, dimulai dari STS (skor 1) hingga SS (skor 4). Sebaliknya, pada item unfavourable (tidak mendukung variabel regulasi emosi), STS memperoleh skor 4 dan SS memperoleh skor 1.

Analisis statistik menggunakan SPSS versi 26, yaitu mean, frekuensi, persentase, dan simpangan baku. Untuk menentukan kategori regulasi emosi, peneliti menggunakan perbandingan antara mean hipotesis dan empiris. Mean hipotesis merupakan angka rata-rata dalam skala pengukuran, sedangkan mean empiris merupakan berasal dari nilai skala yang telah ditentukan oleh peneliti (Azwar, 2012).

Tabel 1. Partisipan Demografi

Keterangan	Jawaban	Persentase
Jenis kelamin	Perempuan	53.1%
	Laki-laki	46.9%
Usia	13 tahun	9.4%
	14 tahun	84.4%
	15 tahun	6.3%

HASIL DAN PEMBAHASAN

Regulasi Emosi Remaja SMP X di Pesisir Kenjeran Surabaya Berdasarkan Kategori

Berdasarkan kategorisasi, sebagian besar partisipan penelitian ini cenderung berada dalam kategori sedang. Sebanyak 81% partisipan termasuk dalam kategori “sedang”, 9% tergolong dalam kategori “tinggi”, dan 9% lainnya berada di kategori “rendah”. Hasil ini dapat dilihat lebih rinci pada Tabel 2.

Tabel 2. Kategori Skor

	Kategori	Frekuensi	Persentase	Kumulatif %
Valid	Tinggi	3	9%	9%
	Sedang	26	81%	91%
	Rendah	3	9%	100%
	Total	32	100%	

Berdasarkan Tabel 2, terlihat bahwa sebagian besar remaja SMP X di pesisir Kenjeran Surabaya tergolong dalam kategori “sedang”, meskipun terdapat beberapa remaja yang tergolong dalam kategori “tinggi dan rendah”. Hal ini menunjukkan bahwa tidak semua remaja memiliki tingkat regulasi emosi yang sedang.

Berdasarkan hasil penelitian, remaja SMP X di pesisir Kenjeran Surabaya memiliki kemampuan dalam mengatur emosi yang tergolong normal dan stabil, serta cukup mampu menerima emosi sehingga mengekspresikan emosi dengan tepat. Regulasi emosi remaja SMP X di Pesisir Kenjeran Surabaya termasuk dalam kategori sedang. Namun, hasil penelitian ini juga menemukan bahwa beberapa remaja masih berada pada kategori “tinggi” dan “rendah”. Selaras dengan penelitian Nuz'amidhan *et al.*, (2021) bahwa regulasi emosi sebagian besar siswa berada dalam kategori sedang sebanyak 88 orang, sedangkan beberapa remaja lainnya berada dalam kategori tinggi sebanyak 12 orang dan kategori rendah sebanyak 20 orang. Remaja dengan regulasi emosi tinggi merupakan remaja yang memiliki strategi regulasi emosi yang baik dan mampu mengendalikan emosi yang dipengaruhi situasi. Ciri-ciri remaja dengan tingkat regulasi emosi yang tinggi, di antaranya: (a) peningkatan toleransi terhadap frustrasi dan kemampuan mengelola amarah, (b) penurunan ejekan verbal dan konflik fisik, (c) meningkatkan perasaan positif tentang diri sendiri, (d) berkurangnya rasa kesepian dan kecemasan dalam interaksi sosial (Khoerunnisya dalam Mirza dan Riyadi, 2022) Sebaliknya, remaja dengan tingkat regulasi emosi yang rendah dapat dikenali melalui: (a) menyakiti diri sendiri, (b) agresivitas, (c) gangguan psikososial, (d) stres akademik, (e) penggunaan internet bermasalah (PIU), (f) kecanduan media sosial, dan (g) perilaku bunuh diri (Pamungkas dan Sumardiko, 2024)

Perbandingan antara Rata-Rata Hipotesis dan Empiris

Selanjutnya, dilakukan perbandingan antara rata-rata hipotesis dan rata-rata empiris untuk melihat kecenderungan umum kemampuan regulasi emosi pada kelompok remaja tersebut. Nilai rata-rata hipotesis (μ) adalah 27,5, yang dihitung dengan rumus:

$$\mu = \frac{1}{2}(i_{max} + i_{min})\Sigma k$$

Simpangan baku hipotesis (σ) adalah 5.5 dihitung menggunakan rumus berikut:

$$\sigma = \frac{1}{6}(X_{max} - X_{min})$$

Sementara itu, rata-rata empiris (χ) adalah 31.59, seperti yang disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Statistik Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Total	32	16	43	31.59	5.405
Valid	32				

Perbandingan antara kedua nilai rata-rata menunjukkan bahwa rata-rata empiris ($\chi = 31.59$) lebih tinggi dari rata rata teoritis ($\mu = 27.5$). Dapat disimpulkan bahwa secara umum, kemampuan regulasi emosi remaja SMP X di kawasan Pesisir Kenjeran tergolong tinggi.

Perbandingan antara Nilai Deviasi Standar

Perbandingan antara nilai teoritis dan empiris menunjukkan bahwa nilai deviasi empiris ($s = 5.405$) lebih rendah dibandingkan dengan nilai deviasi hipotesis ($\sigma = 5.5$). Hasil ini menunjukkan bahwa variasi empiris sedikit lebih rendah daripada simpangan baku hipotesis, yang mengindikasikan bahwa kemampuan regulasi emosi antar remaja relatif seragam. Dengan kata lain, meskipun terdapat kategori “tinggi” dan “rendah”, mayoritas siswa memiliki tingkat regulasi emosi yang tidak jauh berbeda satu sama lain.

Untuk menentukan peringkat indikator regulasi emosi, digunakan persentase rasio antara total skor item dengan total skor pada setiap indikator. Berdasarkan Gambar 1, regulasi emosi remaja SMP X di Pesisir Kenjeran Surabaya yang paling dominan adalah kemampuan strategi regulasi emosi (*strategies to emotion regulation*), dengan persentase sebesar 28%. Hal ini menggambarkan kemampuan remaja untuk mengatasi permasalahan secara mandiri, misalnya dengan memilih untuk menyendiri dalam menenangkan diri dan meyakini bahwa setiap masalah

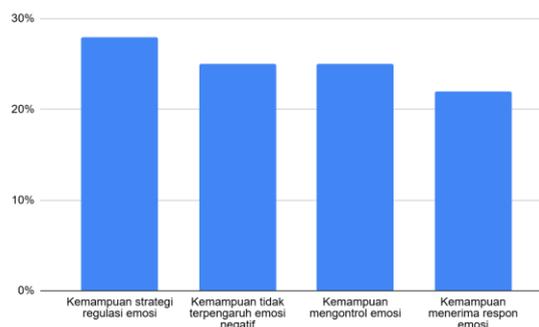
dapat diselesaikan dengan usaha pribadi. Remaja dengan kemampuan ini cenderung memiliki mekanisme penyesuaian diri yang baik saat menghadapi tekanan emosional.

Selanjutnya, regulasi emosi yang cukup menonjol adalah kemampuan tidak terpengaruh emosi negatif (*engaging in goal-directed behavior*) dengan persentase 25%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian remaja memiliki keterampilan untuk tetap fokus pada tujuan dan dapat mengelola emosi negatif melalui pemahaman diri yang baik. Remaja mampu mempertahankan perilaku adaptif meskipun sedang mengalami tekanan emosional.

Regulasi emosi ketiga yang memiliki persentase yang sama sebesar 25% adalah kemampuan mengontrol emosi (*control emotional responses*). Kemampuan ini tercermin dari keterampilan remaja dalam menyembunyikan emosi yang dirasakan, misalnya dengan menahan dorongan emosional dan tidak mengekspresikannya secara berlebihan kepada orang lain. Pengendalian ini membuat remaja untuk tetap bersikap rasional dalam situasi yang memicu stres.

Regulasi emosi dengan dominasi terendah adalah kemampuan menerima respons emosi (*acceptance of emotional response*) dengan persentase 22%. Regulasi emosi ini mencerminkan kapasitas remaja dalam menerima kondisi emosional dan permasalahan yang sedang dihadapi tanpa penolakan atau rasa malu. Rendahnya persentase pada regulasi emosi ini menunjukkan bahwa sebagian remaja masih kesulitan untuk menerima dan memahami respons emosionalnya secara utuh.

Berdasarkan analisis tersebut, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja SMP X di wilayah Pesisir Kenjeran memiliki potensi yang cukup baik dalam menggunakan strategi regulasi emosi, namun masih perlu penguatan dalam hal penerimaan terhadap respons emosi yang dialami.



Gambar 1. Peringkat Indikator Regulasi Emosi

Regulasi Emosi Remaja SMP X di Pesisir Kenjeran Surabaya Berdasarkan Jenis Kelamin pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Analisis Uji T

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase	Valid
Perempuan	17	53.1%	53.1%
Laki-laki	15	46.9%	46.9%
Total	32	100%	100%

Hasil analisis menunjukkan bahwa responden perempuan sebanyak 17 siswa (53.1%) sedikit lebih banyak daripada laki-laki sebanyak 15 siswa (46.9%). Proporsi ini menunjukkan perbedaan kecil antara kedua kelompok. Data valid menunjukkan bahwa semua responden (100%) memiliki data yang valid, baik laki-laki (46.9%) maupun perempuan (53.1%). *Cumulative percent* mengindikasikan bahwa 46.9% responden adalah laki-laki dan sisanya (53.1%) adalah perempuan.

Tabel 6. Group Statistics

Jenis kelamin	N	Mean	SD	SE
Perempuan	17	29.71	2.915	0.753
Laki-laki	15	33.73	6.411	1.555

Berdasarkan analisis *group statistic*, diketahui bahwa mean laki-laki (33.73) lebih besar daripada perempuan (29.71) yang berarti bahwa laki-laki memiliki regulasi emosi yang tinggi dibandingkan perempuan.

Tabel 7. Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variance		t-test for Equality of Means				95% Confidence Interval of the Difference		
		F	Sig	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Gender	Equal variances assumed	2.187	0.150	2.235	30	0.033	4.027	1.802	0.347	7.708
	Equal variances not assumed			2.332	22.936	0.029	4.027	1.727	0.454	7.601

Berdasarkan analisis uji *independent samples test*, diketahui bahwa nilai sig sebesar 0.033 ($sig < 0,05$) yang artinya bahwa terdapat perbedaan signifikan antara kelompok laki-laki dan perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima, yang berarti terdapat perbedaan dalam kemampuan regulasi emosi antara laki-laki dan perempuan.

Hasil analisis *group statistics* yang didapat dari kedua kelompok membuktikan adanya perbedaan regulasi emosi, yaitu 29.71 pada remaja perempuan dan 33.73 pada remaja laki-laki. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa remaja laki-laki memiliki tingkat regulasi emosi yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja perempuan. Hasil ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Husnianita dan Jannah (2021) yang juga menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam regulasi emosi antara remaja laki-laki dan perempuan. Hasmarlin dan Hirmaningsih (2019) juga menemukan bahwa terdapat perbedaan regulasi emosi antara perempuan dan laki-laki, dimana laki-laki memiliki regulasi emosi yang lebih tinggi daripada perempuan. Perbedaan regulasi emosi tersebut dipengaruhi oleh *expressive suppression* dan tuntutan sosial budaya yang diterima remaja. Secara umum, perempuan diberikan ruang yang lebih besar untuk mengekspresikan emosi, sedangkan laki-laki cenderung menghadapi tekanan sosial untuk menahan atau menyembunyikan emosinya. Misalnya, ketika merasa sedih atau kecewa, remaja perempuan lebih sering menangis atau berbicara kepada teman sebaya sebagai bentuk pelampiasan emosi. Sebaliknya, remaja laki-laki cenderung memilih untuk diam atau mengalihkan emosinya melalui aktivitas fisik, seperti bermain dan olahraga, karena mengekspresikan emosi secara terbuka sering dianggap sebagai tanda kelemahan dalam norma sosial yang berlaku.

Remaja yang tinggal di wilayah pesisir, seperti di Kenjeran, Surabaya, sering menghadapi tantangan emosional yang disebabkan oleh tekanan sosial dan lingkungan. Tekanan ini dapat berasal dari kondisi ekonomi keluarga, pengaruh lingkungan sekitar, serta pola asuh orang tua yang belum mendukung perkembangan emosional remaja. Studi oleh Amelia dan Savira (2018) menunjukkan bahwa regulasi emosi yang rendah pada remaja dapat berhubungan dengan sikap negatif terhadap kenakalan remaja, yang sering kali muncul sebagai respons terhadap stres dan tekanan lingkungan. Remaja SMP X di Pesisir Kenjeran Surabaya berada pada kategori sedang. Namun, terdapat perbedaan berdasarkan jenis kelamin, di mana remaja laki-laki menunjukkan kemampuan regulasi emosi yang lebih tinggi dibandingkan remaja perempuan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, remaja SMP X di Pesisir Kenjeran Surabaya memiliki kemampuan regulasi emosi dalam kategori sedang yang berjumlah 26 siswa (81%), kategori rendah sebanyak 3 siswa (9%), dan kategori tinggi sebanyak 3 siswa (9%). Terdapat perbedaan regulasi emosi berdasarkan jenis kelamin, di mana remaja laki-laki menunjukkan regulasi emosi yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Penelitian ini menyarankan agar pihak sekolah, khususnya guru BK, dapat memberikan program pendampingan atau pelatihan pengelolaan emosi bagi siswa, terutama perempuan. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menambah jumlah subjek dan memperluas cakupan wilayah agar hasil penelitian lebih representatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, R., & Savira, S. I. 2018. Hubungan antara regulasi emosi dengan sikap terhadap kenakalan remaja pada siswa MTS swasta "X" Surabaya. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2).
- Anjani, S. J., & Puspaningtyas, A. 2024. Dampak kondisi lingkungan pesisir terhadap sosial ekonomi penduduk Kenjeran Surabaya. *Eksekusi: Jurnal Ilmu Hukum dan Administrasi Negara*, 2(1), 01-14.
- Arfian, D. 2022. Komisi perlindungan anak daerah soroti Kota Bekasi maraknya aksi tawuran. <https://radarbekasi.id/2022/09/21/komisi-perlindungan-anak-daerah-soroti-kota-bekasi-maraknya-aksi-tawuran/>. Diakses pada tanggal 14 April 2025 pukul 20.30 WIB.
- Azwar, S. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Gross, J. J. 2014. Emotion regulation: conceptual and empirical foundations. *Handbook of emotion regulation*, 2, 3-20.
- Hamdani, F., Setyawan, A., Kurniawan, Z., Toni, T., Wisnuhidayat, R. G. S., & Anshori, A. 2024. Analisis fenomena tawuran antar pelajar dengan teori differential association. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 8(2), 235-245.
- Hasmarlin, H., & Hirmaningsih. 2019. Regulasi emosi pada remaja laki-laki dan perempuan. *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama dan Jender*, 18(1), 87-95.
- Hasmarlin, H., & Hirmaningsih. 2019. Self-compassion dan regulasi emosi pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 148-156.
- Hastutiningtyas, W. R., Maemunah, N., & Lakar, R. N., 2021. Gambar karakteristik siswa sekolah menengah pertama (SMP) mengontrol emosi di Kota Malang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 5 (1), 38-44.
- Husnianita, V. M., & Jannah, M. 2021. Perbedaan regulasi emosi ditinjau dari jenis kelamin pada kelas X Sekolah Menengah Atas Boarding School. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 229-238.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). 2018. *KPAI: 202 anak tawuran dalam dua tahun*. <https://www.kpai.go.id/publikasi/kpai-202-anak-tawuran-dalam-dua-tahun>. Diakses pada tanggal 14 April 2025 pukul 20.25 WIB.
- Maricha. 2024. Regulasi emosi ditinjau dari jenis kelamin pada remaja Desa Padang Mumpo Kecamatan Pino Raya Kabupaten Bengkulu Selatan. *Jurnal Ilmiah Penelitian Mandira Cendikia*, 2(7).
- Mirza, M., Kusumasari, V., & Riyadi, M. E. 2022. Hubungan regulasi emosi dengan dismenore pada remaja di era pandemik covid 19. *Jurnal Medikes: Media Informasi Kesehatan*, 9(1), 29-38.
- Monks, A. K. 2014. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nuz'amidhan, R. L., Supriatna, E., & Pahlevi, R. 2021. Studi deskriptif terhadap regulasi emosi pada siswa kelas IX di Smp Negeri 2 Pakisjaya. *Fokus: Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan*, 4(5), 373-381.
- Olivia, X., & Movanita, A. N. K. 2023. *Angka tawuran di Jakpus meningkat pada Juli, 90 persen pelakunya remaja*. <https://megapolitan.kompas.com/read/2023/08/03/18270971/angka-tawuran-di-jakpus-meningkat-pada-juli-90-persen-pelakunya-remaja>. Diakses pada tanggal 14 April 2025 pukul 20.15 WIB.

- Pamungkas, D. S., & Sumardiko, D. N. Y. 2024. Dampak-dampak yang terjadi akibat disregulasi emosi pada remaja akhir: Kajian Sistematis. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 15-15.
- Putra, K. M. D. 2018. Pengaruh keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap penyesuaian sosial remaja. *Universitas Muhammadiyah Malang*.
- Rahman, P. F. 2023. *Kronologi tawuran gangster di Surabaya tewaskan remaja 16 tahun*. Detikcom. <https://www.detik.com/jatim/hukum-dan-kriminal/d-7088091/kronologi-tawuran-gangster-di-surabaya-tewaskan-remaja-16-tahun>. Diakses pada tanggal 14 April 2025 pukul 20.10 WIB.
- Santrock, J. W. 2024. *Adolescence sixteenth edition*. Mc Graw Hill Education.
- Sari, A. M. 2023. *Ancaman bagi pelaku tawuran antar pelajar*. <https://fahum.umsu.ac.id/ancaman-bagi-pelaku-tawuran-antar-pelajar/>. Diakses pada tanggal 7 Oktober 2024 pukul 18.02 WIB.