

ABSTRAK

Skripsi dengan judul "Pengaruh *Romantic Attachment* Terhadap Regulasi Emosi Pada Dewasa Awal di Masa Awal Pernikahan" ini ditulis oleh Desi Riska Sandra Devi, NIM. 1860308223224, dengan pembimbing Femita Adelina, S.Psi., M.Si.

Kata Kunci: *romantic attachment*, regulasi emosi, dewasa awal, awal pernikahan

Masa awal pernikahan pada dewasa awal merupakan fase yang rentan terhadap konflik dan ketegangan emosional akibat penyesuaian peran dan perbedaan latar belakang. Fenomena kesulitan mengelola emosi pada pasangan muda di Indonesia menunjukkan pentingnya kemampuan regulasi emosi dalam menjaga stabilitas hubungan. Salah satu faktor yang diduga memengaruhi regulasi emosi adalah *romantic attachment*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *romantic attachment* terhadap regulasi emosi pada dewasa awal di masa awal pernikahan. Subjek penelitian berjumlah 105 individu berusia 20–35 tahun yang telah menikah maksimal 5 tahun. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *romantic attachment* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap regulasi emosi ($p = 0,000$). Secara parsial, dimensi *close* dan *anxiety* berpengaruh signifikan, sedangkan *depend* tidak. Secara umum, kedekatan emosional meningkatkan regulasi emosi, sedangkan kecemasan menurunkannya, dengan kontribusi sebesar 29,9%. Temuan ini menunjukkan bahwa *romantic attachment*, khususnya dimensi *close* dan *anxiety*, berperan penting dalam menentukan kemampuan regulasi emosi pada dewasa awal di masa awal pernikahan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian psikologi, khususnya terkait hubungan romantis dan pengelolaan emosi dalam konteks pernikahan.

ABSTRACT

The thesis entitled "The Influence of Romantic Attachment on Emotion Regulation in Early Adulthood During the Early Years of Marriage" was written by Desi Riska Sandra Devi, Student ID Number 1860308223224, supervised by Femita Adelina, S.Psi., M.Si.

Keywords: *romantic attachment, emotion regulation, early adulthood, early marriage*

The early years of marriage in early adulthood represent a phase vulnerable to conflict and emotional tension due to role adjustment and differences in background. The phenomenon of difficulties in managing emotions among young couples in Indonesia highlights the importance of emotion regulation in maintaining relationship stability. One factor presumed to influence emotion regulation is romantic attachment. This study aimed to examine the influence of romantic attachment on emotion regulation in early adulthood during the early years of marriage. The participants consisted of 105 individuals aged 20–35 years who had been married for a maximum of five years. This study used a quantitative approach with multiple linear regression analysis. The results showed that romantic attachment simultaneously had a significant effect on emotion regulation ($p = 0.000$). Partially, the dimensions of close and anxiety had significant effects, while depend did not. In general, emotional closeness improves emotion regulation, whereas anxiety decreases it, with a contribution of 29.9%. These findings indicate that romantic attachment, particularly the dimensions of close and anxiety, plays an important role in determining emotion regulation abilities in early adulthood during the early years of marriage. This study is expected to contribute to the development of psychological research, especially in the context of romantic relationships and emotion regulation in marital life.

المخلص

هذه الرسالة العلمية بعنوان "تأثير التعلّق العاطفي على تنظيم الانفعالات لدى البالغين في مرحلة الرشد المبكر خلال السنوات الأولى من الزواج"، أعدتها ديسي ريسكا ساندراف دي في، رقم القيد: ١٨٦٠٣٠٨٢٢٣٢٢٤، بإشراف فيميثا أديلينا، بكالوريوس علم النفس، ماجستير العلوم.

الكلمات المفتاحية: التعلّق العاطفي، تنظيم الانفعالات، الرشد المبكر، السنوات الأولى من الزواج

تُعدّ السنوات الأولى من الزواج في مرحلة الرشد المبكر مرحلة حسّاسة تنسم بارتفاع احتمالية الصراعات والتوترات الانفعالية، نتيجةً لعمليات التكيف مع الأدوار الجديدة، واختلاف الخلفيات، وتباين التوقعات داخل العلاقة الزوجية. وتشير ظاهرة صعوبة إدارة الانفعالات لدى الأزواج الشباب في إندونيسيا إلى أهمية امتلاك مهارات تنظيم الانفعالات للحفاظ على استقرار العلاقة الزوجية. ويُعدّ التعلّق العاطفي من العوامل التي يُفترض أن يكون لها تأثير في تنظيم الانفعالات. هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن تأثير التعلّق العاطفي على تنظيم الانفعالات لدى البالغين في مرحلة الرشد المبكر خلال السنوات الأولى من الزواج. وتكوّنت عينة الدراسة من ١٠٥ أفراد، تتراوح أعمارهم بين ٢٠ و ٣٥ سنة، ومتزوجين لمدة لا تتجاوز خمس سنوات. وقد اعتمدت الدراسة المنهج الكمي، واستخدمت تحليل الانحدار الخطي المتعدد في معالجة البيانات. أظهرت نتائج الدراسة أن التعلّق العاطفي يؤثر تأثيرًا دالًا إحصائيًا على تنظيم الانفعالات بشكل كلي. ($p = 0.000$) وعلى المستوى الجزئي، تبين أن بُعدي القرب والقلق لهما تأثير دال إحصائيًا، في حين لم يظهر بُعد الاعتماد تأثيرًا دالًا. وبوجه عام، يسهم القرب العاطفي في تحسين تنظيم الانفعالات، في حين يؤدي القلق في العلاقة إلى انخفاضه، بنسبة مساهمة بلغت ٢٩،٩٪. وتشير هذه النتائج إلى أن التعلّق العاطفي، ولا سيما بُعدي القرب والقلق، يلعب دورًا مهمًا في تحديد قدرة الفرد على تنظيم انفعالاته لدى البالغين في مرحلة الرشد المبكر خلال السنوات الأولى من الزواج. ومن المؤمل أن تسهم هذه الدراسة في إثراء البحوث النفسية، ولا سيما في مجال العلاقات العاطفية وتنظيم الانفعالات في إطار الحياة الزوجية.