

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Fase dewasa awal merupakan tahapan perkembangan yang secara alamiah harus dilalui oleh setiap individu. Menurut Santrock dewasa awal adalah masa transisi dari remaja menuju dewasa yang berlangsung pada rentang usia 18–25 tahun.¹ Adapun masa dewasa awal menurut Hurlock merupakan periode yang berada di rentang usia 20 sampai 40 tahun.² Sedangkan Papalia, Old, dan Feldman, periode masa dewasa awal (*young adulthood*) didefinisikan sebagai rentang usia dari 19 atau 20 hingga 40 tahun. Salah satu tugas perkembangan krusial bagi individu dalam fase ini adalah membangun dan memelihara hubungan intim yang mendalam.³ Erikson menggambarkan tahapan ini sebagai masa krisis antara keintiman versus isolasi, di mana keberhasilan dalam menjalin hubungan intim yang sehat akan menjadi dasar penting bagi kesejahteraan emosional dan sosial individu.⁴ Lebih lanjut, Estefan dan Wijaya menjelaskan bahwa dewasa awal juga ditandai dengan munculnya berbagai peran dan tanggung jawab

¹ Annisa Putri Dimas, Dian Novita Siswanti, and Wilda Ansar, “Hubungan Kelekatan Orang Dewasa Dengan Regulasi Emosi Pada Masa Dewasa Awal,” *Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora* 2, no. 6 (2023): 1133–39.

² Ratih Ratnasari, Elli Nur Hayati, and Khoiruddin Bashori, “Self Disclosure Media Sosial Pada Fase Kehidupan Dewasa Awal,” *Jurnal Diversita* 7, no. 2 (2021): 141–47, <https://doi.org/10.31289/diversita.v7i2.4511>.

³ Handini Agusdwitanti, Siti Marlia Tambunan, and Retnaningsih, “Kelekatan Dan Intimasi Pada Dewasa Awal,” *Jurnal Psikologi* 8, no. 1 (2015): 18–24.

⁴ Fauziah Nasution et al., “Konsep Dasar, Ruang Lingkup Psikologi Dewasa Dan Manula, Kondisi Dewasa Awal,” *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan* 1, no. 1 (2024): 39–48, <https://doi.org/10.54443/sikontan.v1i1.356>.

baru, seperti menjadi pasangan hidup (suami atau istri), orang tua, serta pencari nafkah. Salah satu kebutuhan perkembangan yang menonjol pada fase ini adalah membangun hubungan asmara yang erat dan stabil melalui pernikahan.⁵

Menurut Santrock pernikahan pada hakikatnya menyatukan dua individu dengan latar belakang, nilai, serta pengalaman hidup yang berbeda, sehingga tidak jarang menimbulkan konflik yang memengaruhi kualitas hubungan.⁶ Hurlock menyebut masa awal pernikahan dengan istilah *homemaking period* atau "*periode balai keluarga muda*" yang berlangsung sekitar lima tahun pertama dan sering dianggap sebagai fase kritis dalam kehidupan rumah tangga. Pada periode ini, pasangan suami istri dihadapkan pada proses penyesuaian peran, pembagian tanggung jawab, serta adaptasi terhadap karakter dan kebiasaan pasangan maupun keluarga masing-masing. Ketidaksesuaian antara ekspektasi pra-nikah dengan realitas kehidupan berumah tangga kerap menimbulkan ketegangan emosional dan konflik, sehingga menjadikan masa awal pernikahan sebagai periode sensitif yang berisiko pada disharmoni bahkan perceraian apabila tidak dikelola dengan baik.⁷

⁵ Ibid

⁶ Evi Enitari Napitupulu, Mia Rachel Lorenza Lumban Toruan, and Monika Simanjuntak, "Pola Komunikasi Suami Istri Dalam Penyelesaian Masalah Di Awal Masa Pernikahan," *Jurnal Teknologi, Kesehatan & Ilmu Sosial* 5, no. 1 (2023): 47–55, <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/tekesnos>.

⁷ Bidayatul Hidayah, Amarina Ashar Ariyanto, and Sugeng Hariyadi, "Apakah Emotional Intelligence Dipengaruhi Gender? : Analisis Perbedaan Kecerdasan Emosi Kaitannya Dengan Manajemen Konflik Suami-Isteri Dalam Masa Kritis Perkawinan," *Jurnal Psikologi Udayana* 7, no. 2 (2020): 43, <https://doi.org/10.24843/jpu.2020.v07.i02.p05>.

Fenomena empiris di lapangan menunjukkan bahwa individu pada masa dewasa awal, khususnya yang berada pada fase awal pernikahan, menghadapi berbagai dinamika emosional yang kompleks dalam hubungan romantis. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap individu pada masa awal pernikahan, ditemukan bahwa proses adaptasi dengan pasangan seringkali memunculkan konflik emosional yang cukup intens. Perbedaan latar belakang dan karakter pasangan memicu perasaan kecewa, marah, serta ketidaknyamanan pada awal pernikahan. Selain itu, terdapat perbedaan pola respons dalam menghadapi konflik, di mana salah satu pasangan cenderung menghindari masalah melalui *silent treatment*, sementara pihak lain justru menuntut penyelesaian secara langsung. Kondisi ini memicu kelelahan emosional dan memperpanjang konflik, bahkan digambarkan sebagai “lingkaran setan yang tiada ujung”. Hal ini mengindikasikan adanya kesulitan dalam regulasi emosi ketika kebutuhan afeksi dan komunikasi tidak terpenuhi secara seimbang.

Lebih lanjut, fenomena lain yang muncul adalah meningkatnya sensitivitas emosional dalam kondisi tertentu, seperti kelelahan atau perubahan peran (misalnya kehamilan), yang memicu kebutuhan akan perhatian lebih dari pasangan. Ketika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, konflik menjadi semakin intens. Selain itu, ditemukan pula adanya kecenderungan kecemasan dalam hubungan, seperti kekhawatiran berlebihan ketika pasangan tidak memberikan kabar, serta munculnya *overthinking* terkait perasaan pasangan. Apabila tidak dikomunikasikan

secara terbuka, kondisi ini dapat menumpuk menjadi tekanan emosional yang sewaktu-waktu dapat meledak.

Dalam menghadapi dinamika tersebut, regulasi emosi memegang peranan penting karena pada fase ini individu sering kali dihadapkan pada berbagai tantangan emosional dalam hubungan, seperti perbedaan pendapat, perasaan cemburu, dan ketergantungan emosional yang dapat memengaruhi kualitas interaksi dengan pasangan. Di Indonesia, fenomena sulitnya mengelola emosi antar pasangan dewasa awal sering kali terlihat dalam bentuk perilaku tidak adaptif, seperti ledakan emosi, *silent treatment*, *overthinking*, atau bahkan kekerasan emosional.⁸ Survei Katadata Insight Center menunjukkan bahwa sekitar 58% pasangan muda di Indonesia pernah mengalami konflik emosional serius dalam hubungan asmara, dan sebagian besar tidak mengetahui cara menyelesaikannya secara sehat.⁹ Selain itu, Badan Pusat Statistik tahun 2024 melaporkan bahwa lebih dari 64% kasus perceraian di Indonesia sebagian besar disebabkan oleh faktor perselisihan dan pertengkaran terus-menerus.¹⁰ Fakta ini menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi atau *emotion regulation* menjadi faktor penting dalam menjaga stabilitas hubungan pernikahan. Melihat fenomena tersebut, kemampuan untuk mengelola emosi dalam hubungan

⁸ Agatha Kasuma Harningrum, *Regulasi Emosi Pada Korban Toxic Relationship (Studi Fenomenologi)*, 2023.

⁹ Katadata, “Studi Generasi Muda Dan Hubungan Romantis,” Katadata Insight Center, 2021.

¹⁰ Badan Pusat Statistik, “Jumlah Perceraian Menurut Provinsi Dan Faktor Penyebab Perceraian (Perkara), 2024,” Badan Pusat Statistik, 2024, <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor-penyebab-perceraian--perkara---2022.html?year=2024>.

menjadi hal yang krusial agar relasi tetap sehat dan stabil. Dalam hal ini, regulasi emosi menjadi salah satu keterampilan penting yang harus dimiliki oleh pasangan dalam hubungan pernikahan.

Regulasi emosi merupakan proses di mana individu secara aktif memantau, menilai, dan menyesuaikan respons emosionalnya terhadap berbagai situasi agar tetap selaras dengan tujuan jangka panjang. Kemampuan dalam meregulasi emosi dengan baik berkontribusi pada terciptanya hubungan yang lebih sehat, produktif, dan memuaskan.¹¹ Gross & Thompson menjelaskan bahwa regulasi emosi melibatkan proses di mana individu memantau (*monitoring*) emosi yang muncul, mengevaluasi (*evaluating*) makna dan kesesuaian emosi tersebut dengan situasi serta tujuan pribadi, dan kemudian memodifikasi (*modifying*) emosi agar respons yang ditampilkan tetap fungsional dalam jangka panjang.¹² Kemampuan memonitor emosi memungkinkan individu menyadari perubahan emosi yang dialami, khususnya dalam situasi relasional yang penuh tuntutan seperti masa awal pernikahan. Selanjutnya, kemampuan mengevaluasi emosi membantu individu menilai apakah emosi yang muncul perlu dipertahankan, diubah, atau dikendalikan sesuai dengan konteks hubungan dan nilai pernikahan yang dianut. Adapun kemampuan memodifikasi emosi berperan penting dalam menyesuaikan intensitas, durasi, maupun ekspresi

¹¹ Putri Dimas, Novita Siswanti, and Ansar, "Hubungan Kelekatan Orang Dewasa Dengan Regulasi Emosi Pada Masa Dewasa Awal."

¹² James J. Gross, *Handbook of Emotion Regulation, 1st Edition* (New York: Guilford Press, 2006).

emosi agar tidak berdampak negatif pada kualitas hubungan pasangan.¹³ Penelitian Medellu & Azzahra menemukan bahwa pasangan muda yang mampu mengelola emosi secara adaptif cenderung memiliki fungsi keluarga yang lebih sehat dan harmonis, sedangkan regulasi emosi yang kurang efektif berpotensi menimbulkan ketegangan dan kejenuhan emosional dalam rumah tangga.¹⁴

Kemampuan meregulasi emosi setiap individu erat kaitannya dengan pola kelekatan romantis yang dimilikinya. Kelekatan romantis (*romantic attachment*) merupakan kelanjutan dari kelekatan awal yang terbentuk di masa kanak-kanak dan berkembang seiring bertambahnya usia serta pengalaman relasional individu. Secara konseptual, kelekatan romantis (*romantic attachment*) menggambarkan pola hubungan emosional individu dalam menjalin kedekatan dan membangun rasa aman bersama pasangan.¹⁵ Menurut Collins, kelekatan romantis pada orang dewasa terdiri atas tiga dimensi utama, yaitu *close*, *depend*, dan *anxiety*. Dimensi *close* menggambarkan sejauh mana individu merasa nyaman dengan kedekatan emosional bersama pasangannya. Individu dengan tingkat *close* yang tinggi cenderung mampu membuka diri dan mengekspresikan emosi secara

¹³ Dwi Kencana Wulan and Khusnul Chotimah, "Peran Regulasi Emosi Dalam Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Suami Istri Usia Dewasa Awal," *Jurnal Ecopsy* 4, no. 1 (2017): 58, <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v4i1.3417>.

¹⁴ Gita Irianda Rizkyani Medellu and Fathimah Adilla Azzahra, "Emotion Regulation Strategies on Family Functioning among Young Married Couples," *TAZKIYA Journal of Psychology* 10, no. 2 (2022): 132–44, <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v10i2.22782>.

¹⁵ R. Chris Fraley and Phillip R. Shaver, "Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions," *Review of General Psychology* 4, no. 2 (2000): 132–54, <https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.132>.

adaptif. Dimensi *depend* berkaitan dengan sejauh mana individu merasa dapat mempercayai dan bergantung pada pasangan; individu yang memiliki kelekatan tinggi pada aspek ini umumnya mampu membangun hubungan yang saling mendukung dan stabil secara emosional. Sementara itu, dimensi *anxiety* menggambarkan tingkat kecemasan individu terhadap penolakan atau kehilangan pasangan. Individu dengan tingkat *anxiety* yang tinggi cenderung menunjukkan ketergantungan emosional berlebihan, kesulitan mengatur emosi negatif, serta lebih rentan terhadap konflik dalam hubungan.¹⁶

Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan adanya hubungan antara kelekatan dan regulasi emosi. Penelitian Putri & Kusumaningrum menemukan bahwa pasangan muda yang kesulitan mengekspresikan emosi cenderung mengalami penurunan kepuasan pernikahan, terutama ketika masih tinggal bersama keluarga besar. Kondisi ini menggambarkan bahwa kemampuan mengekspresikan dan mengatur emosi merupakan kunci penting dalam membangun hubungan rumah tangga yang harmonis.¹⁷ Sementara itu, studi longitudinal internasional membuktikan bahwa pola kelekatan sejak remaja berpengaruh jangka panjang terhadap gaya kelekatan romantis dan strategi regulasi emosi di

¹⁶ Ira Pramatasari Pratiwi and Satiningsih, "Perbedaan Quality Of Friendship Ditinjau Dari Attachment Style Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh," *Jurnal Penelitian Psikologi* 9, no. 5 (2022): 164–73, <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/issue/view/2626>.

¹⁷ Arum Erlita Putri and Fitri Ayu Kusumaningrum, "The Relationship Between Emotional Expression and Marital Satisfaction Among Couples Living with Parents or In-Laws," *Unisia* 42, no. 1 (2024): 127–68, <https://doi.org/10.20885/unisia.vol42.iss1.art6>.

masa dewasa.¹⁸ Temuan serupa dikemukakan oleh Dimas et al. yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kelekatan orang dewasa dengan regulasi emosi pada masa dewasa awal. Semakin baik kelekatan orang dewasa maka semakin baik regulasi emosinya.¹⁹ Dengan demikian, hubungan antara pola kelekatan dan kemampuan mengelola emosi bersifat konsisten sepanjang rentang kehidupan.

Meskipun demikian, kajian mengenai kelekatan romantis dan regulasi emosi masih didominasi oleh penelitian yang berfokus pada individu dalam hubungan pacaran atau populasi dewasa awal secara umum, serta mengoperasionalkan regulasi emosi berdasarkan strategi yang digunakan individu. Padahal, pada masa awal pernikahan, individu dihadapkan pada tuntutan penyesuaian emosional yang berkelanjutan, yang menuntut kemampuan individu untuk memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi emosi secara adaptif dalam interaksi sehari-hari dengan pasangan.

Berdasarkan fenomena dan kajian empiris tersebut, masa awal pernikahan dapat dipahami sebagai fase perkembangan yang ditandai oleh tuntutan penyesuaian emosional yang intens. Dalam konteks ini, kelekatan

¹⁸ Katherine Pascuzzo, Chantal Cyr, and Ellen Moss, "Longitudinal Association between Adolescent Attachment, Adult Romantic Attachment, and Emotion Regulation Strategies.," *Attachment & Human Development* 15, no. 1 (2013): 83–103, <https://doi.org/10.1080/14616734.2013.745713>.

¹⁹ Annisa Putri Dimas, Dian Novita Siswanti, Wilda Ansar, "Hubungan Kelekatan Orang Dewasa dengan Regulasi Emosi Pada Masa Dewasa Awal". *Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*. Vol.2 No. 6, 2023, hal. 115-125

romantis diperkirakan berperan dalam membentuk kemampuan individu untuk memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi emosi dalam interaksi pernikahan. Oleh karena itu, penelitian ini diarahkan untuk memperdalam pemahaman mengenai peran kelekatan romantis dalam proses regulasi emosi pada dewasa awal di masa awal pernikahan, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika emosional dalam hubungan pernikahan, serta berkontribusi pada pengembangan kajian empiris dan praktik intervensi psikologis bagi pasangan pada masa awal pernikahan. Adapun judul penelitian ini adalah **“Pengaruh Kelekatan Romantis (*Romantic Attachment*) terhadap Regulasi Emosi pada Dewasa Awal di Masa Awal Pernikahan.”**

B. Identifikasi dan Batasan Masalah

Agar identifikasi masalah lebih terarah, maka diperlukan pembatasan pada ruang lingkup permasalahan yang akan dibahas guna menghindari adanya salah pengertian sehingga tidak menyimpang ke masalah lain. Karena itu pokok bahasan dari penelitian ini dapat diberi penjelasan sebagai berikut:

1. Regulasi emosi dalam penelitian ini didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam memahami, menerima, dan mengelola emosi secara adaptif, serta mengekspresikan emosi dengan tepat. Dalam penelitian ini mengukur kemampuan individu dalam memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi emosi.

2. Kelekatan romantis (*romantic attachment*) adalah pola hubungan emosional individu dalam menjalin kedekatan dan membangun rasa aman bersama pasangan. Dalam penelitian ini hanya akan ditinjau berdasarkan 3 dimensi utama yang dikembangkan oleh Collins yaitu *close*, *depend*, dan *anxiety*.
3. Subjek penelitian dibatasi pada individu yang berada dalam rentang usia 20–35 tahun (dewasa awal) dan sedang menjalani masa awal pernikahan, yaitu pernikahan yang berlangsung kurang dari lima tahun.

Dengan pembatasan masalah tersebut, diharapkan hasil penelitian dapat menggambarkan hubungan antara gaya kelekatan romantis dan regulasi emosi secara lebih fokus serta relevan dengan tujuan penelitian.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat *romantic attachment* pada dewasa awal di masa awal pernikahan?
2. Bagaimana tingkat regulasi emosi pada dewasa awal dimasa awal pernikahan?
3. Apakah terdapat pengaruh kelekatan romantis (*romantic attachment*) terhadap regulasi emosi pada pasangan dewasa awal di masa awal pernikahan?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka diketahui tujuan penelitian adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat *romantic attachment* pada dewasa awal di masa awal pernikahan.
2. Untuk mengetahui tingkat regulasi emosi pada dewasa awal di masa awal pernikahan.
3. Untuk mengetahui pengaruh kelekatan romantis (*romantic attachment*) terhadap regulasi emosi pada individu dewasa awal yang sedang menjalin hubungan romantis.

E. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini memberikan manfaat yaitu dari aspek teoritis maupun praktis. Manfaat teoritis memiliki keterkaitan dengan kontribusi penelitian terhadap proses pengembangan ilmu pengetahuan. Sedangkan manfaat praktis merujuk pada bagaimana sebuah penelitian mampu memberikan pemahaman bagi instansi, masyarakat, dan bagi peneliti selanjutnya. Berikut penjelasan manfaat penelitian yaitu:

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi perkembangan dan psikologi hubungan interpersonal, dengan memperkuat pemahaman mengenai hubungan antara kelekatan romantis (*romantic attachment*) dan regulasi emosi pada dewasa awal.

2. Kegunaan Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

- a. Bagi individu dewasa awal, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi dan pemahaman diri mengenai pentingnya kelekatan yang sehat dan kemampuan regulasi emosi dalam menjaga kualitas hubungan pernikahan serta kesejahteraan psikologis.
- b. Bagi konselor, psikolog, atau praktisi kesehatan mental, penelitian ini dapat menjadi referensi dalam merancang intervensi atau konseling yang berkaitan dengan dinamika pernikahan dan pengelolaan emosi pada dewasa awal, khususnya dengan memperhatikan perbedaan gender.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk melakukan penelitian lanjutan terkait topik gaya kelekatan, regulasi emosi, serta faktor-faktor psikososial lainnya dalam hubungan pernikahan pada kelompok usia dewasa awal.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini dibatasi agar pelaksanaan penelitian dapat berjalan secara fokus dan terarah. Adapun ruang lingkup subjek dalam penelitian ini fokus pada individu yang berada dalam rentang usia dewasa awal (20–35 tahun), dan sedang menjalani masa awal pernikahan, yaitu pernikahan yang berlangsung kurang dari lima tahun. Kelompok ini dipilih karena masa awal pernikahan merupakan periode yang penuh dengan

penyesuaian emosional dan relasional, sehingga relevan untuk dikaji dalam konteks kelekatan romantis dan regulasi emosi. Subjek terdiri dari laki-laki dan perempuan, tanpa batasan lokasi geografis tertentu. Penelitian ini berupaya untuk mengetahui pengaruh kelekatan romantis (*romantic attachment*) terhadap regulasi emosi pada dewasa awal di masa awal pernikahan.

G. Penegasan Variabel

Dalam penelitian ini terdapat 2 variabel utama yang diteliti yaitu :

1. Variabel bebas (Independen)

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kelekatan romantis (*romantic attachment*). Kelekatan romantis merupakan pola hubungan emosional individu dalam menjalin hubungan romantis dengan pasangan. Dalam penelitian ini, gaya kelekatan dibagi menjadi 3 dimensi utama yang dikembangkan oleh Collins yaitu *close*, *depend*, dan *anxiety*.

2. Variabel terikat (Dependen)

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah regulasi emosi. Regulasi emosi adalah kemampuan individu dalam mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara adaptif. Dalam penelitian ini, regulasi emosi mengacu pada aspek-aspek regulasi emosi menurut Thompson yaitu kemampuan memonitor emosi, kemampuan mengevaluasi emosi, dan kemampuan memodifikasi emosi.

H. Sistematika Penulisan

Pada penulisan proposal penelitian ini, penulis menggunakan Pedoman Penulisan Tugas Akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullahh Tulungagung. Adapun sistematika penulisan ini adalah sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan

Pada bab ini penulis menyampaikan uraian latar belakang masalah, identifikasi dan pembatasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, ruang lingkup penelitian, penegasan variabel, dan sistematika penulisan.

Bab II Landasan Teori

Pada bab ini penulis membicarakan tentang landasan teori yang berkaitan dengan masalah penelitian yang digunakan meliputi konsep teori kelekatan romantis (*romantic attachment*), teori regulasi emosi, penelitian terdahulu yang relevan, kerangka teori, dan hipotesis penelitian.

Bab III Metode Penelitian

Pada bab ini penulis akan mengemukakan tentang metode penelitian yang digunakan dalam pelaksanaan penelitian meliputi pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, variabel penelitian, populasi penelitian, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, dan tahapan penelitian.

Bab IV Hasil Penelitian

Pada bab ini penulis menyajikan hasil penelitian yang diperoleh dari proses pengumpulan dan pengolahan data. Uraian dalam bab ini meliputi gambaran umum subjek penelitian, deskripsi data masing-masing variabel penelitian, hasil uji prasyarat analisis (uji normalitas, uji linearitas, dan/atau uji asumsi lain yang diperlukan), serta hasil pengujian hipotesis penelitian. Penyajian hasil analisis data dilakukan secara objektif berdasarkan temuan statistik, tanpa disertai interpretasi mendalam, yang selanjutnya akan dibahas secara komprehensif pada bab pembahasan.

Bab V Pembahasan

Pada bab ini penulis membahas dan menginterpretasikan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada Bab IV. Pembahasan dilakukan dengan mengaitkan temuan penelitian dengan landasan teori yang digunakan, khususnya teori kelekatan romantis (*romantic attachment*) dan regulasi emosi, serta hasil penelitian terdahulu yang relevan. Bab ini bertujuan untuk menjelaskan makna temuan penelitian, implikasi teoretis dan praktis dari hasil penelitian, serta menjawab rumusan masalah dan menguji kebenaran hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya.

Bab VI Penutup

Pada bab ini penulis menyajikan kesimpulan dan saran. Kesimpulan merupakan jawaban ringkas dan jelas atas rumusan masalah

berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan. Sementara itu, saran berisi rekomendasi yang ditujukan kepada pihak-pihak terkait, seperti peneliti selanjutnya, praktisi pendidikan, konselor, maupun institusi terkait, yang didasarkan pada temuan penelitian dan keterbatasan yang ada, guna pengembangan penelitian dan penerapan hasil penelitian di masa mendatang.