

## Peran Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Regulasi Emosi Anak Dalam Belajar

Raisa Vienlentina  
Institut Agama Hindu Negeri Tampung Penyang Palangka Raya  
raisavien@gmail.com

---

### Riwayat Jurnal

Artikel diterima : 28 Desember 2021  
Artikel direvisi : 30 Desember 2021  
Artikel disetujui : 31 Desember 2021

---

### ABSTRAK

Pada kehidupan anak terutama dalam tahap perkembangannya, sumber dukungan yang paling utama dibutuhkan adalah dukungan dari lingkungan keluarganya, terutama orangtua. Salah satu aspek pertumbuhan anak yang penting untuk di kelola adalah perkembangan emosi. Pengelolaan emosi atau regulasi emosi pada siswa ini perlu didukung oleh adanya dukungan sosial dari keluarga atau orang tua karena dengan regulasi emosi yang baik proses belajar anak juga dapat berjalan dengan baik. Dinamika antara dukungan sosial, regulasi emosi ini ternyata dapat menghasilkan prestasi belajar yang baik pada anak. Disisi lain variabel dukungan sosial sendiri juga memberikan kontribusi pada peningkatan hasil belajar, prestasi dan perkembangan kognitif, begitupula regulasi emosi. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa variabel dukungan sosial dan regulasi emosi keduanya dapat menjadi variabel *dependent* yang memengaruhi varibel *independent* yaitu proses belajar

**Kata Kunci:** *Keluarga, Regulasi, Emosi.*

---

### I. Pendahuluan

Pendidikan merupakan suatu kegiatan yang terarah dalam mencapai kegiatan proses belajar mengajar dimana peserta didik aktif dan untuk menumbuhkan kemampuan seperti pengetahuan, kepribadian, kecerdasan keterampilan, dan berbudaya yang dibutuhkan dalam bermasyarakat, berbangsa dan bernegara

(Ratiwi dan Sumarni, 2020). Dalam proses pendidikan di sekolah banyak faktor yang memengaruhi seorang individu dalam mencapai tujuan pembelajarannya. Salah satu faktor yang memengaruhi adalah emosi individu. Proses terjadinya emosi karena adanya keterlibatan personal dan stimulus, dan adanya penilaian kognitif seseorang terhadap suatu stimulus serta adanya

perubahan perilaku terhadap suatu stimulus (Frijda, 1988. Dalam Djohan, 2009). Hal ini dapat terlihat dalam proses pembelajaran, setiap orang tentunya menggunakan kemampuan kognitif untuk menyelesaikan tugas pendidikan dan pemecahan masalah dalam proses pembelajaran yang didapatkan baik itu di sekolah maupun di lingkungan masyarakat.

Emosi pada dasarnya merupakan daya dorong untuk bertindak dan kemampuan untuk merencanakan hal-hal untuk mengatasi masalah yang telah ditanamkan secara berangsur-angsur oleh evolusi (Goleman, 1996). Begitu pula dalam proses pendidikan dan pembelajaran seseorang, tercapainya kesejahteraan psikologis, dan kesehatan jiwa dalam proses anak (siswa) belajar, individu didorong oleh pemahaman, penerimaan diri akan suasana emosi, mengetahui secara jelas makna dari perasaan saat ia belajar, mampu mengungkapkan perasaan itu secara konstruktif. Individu yang mampu memahami emosi yang dialami dan dirasakan saat belajar dalam memahami suatu konsep akan lebih mampu mengelola emosinya secara positif (Safaria & Saputra, 2009). Hal ini dapat disebut sebagai regulasi emosi.

Regulasi emosi adalah suatu proses yang terdiri dari proses dari luar diri dan dari dalam diri yang bertanggungjawab untuk mengawasi, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosi untuk mencapai suatu tujuan (Thompson, 1994). Menurut pandangan evolusioner, regulasi emosi sangat diperlukan karena beberapa bagian dari otak manusia memerintahkan individu untuk dapat melakukan sesuatu pada situasi tertentu, sedangkan bagian lainnya menilai bahwa rangsangan emosional tidak sesuai dengan situasi saat itu sehingga membuat individu juga dapat melakukan sesuatu atau tidak melakukan apapun (Gross, 1999 dalam Nisfiannur & Kartika Yuni, 2004).

Kemampuan seseorang dalam mengelola emosi menjadi salah satu kekuatan dalam menghadapi proses belajar yang membuat individu tersebut dapat mencapai tujuan dan mendapatkan hasil belajar yang maksimal. Kemampuan individu dalam mengelola emosi juga diharapkan akan mendukung individu tersebut menyelesaikan masalah-masalah yang berhubungan dengan pendidikan, kesulitan belajar dan lain sebagainya. Untuk itu seorang individu perlu untuk memiliki kemampuan meregulasi emosinya dalam proses pembelajaran.

Regulasi emosi adalah fungsi yang sangat penting dalam kehidupan seorang individu. Regulasi emosi sendiri adalah bentuk kontrol yang dilakukan seseorang terhadap emosi yang dimilikinya. Dalam kehidupan seorang anak dalam proses pendidikannya setiap hari akan terus menerus terpapar pada ragam stimuli yang berpotensi juga untuk membangkitkan emosi. Oleh sebab itu, reaksi emosional yang tidak sesuai, ekstrim atau tidak terkontrol akan mengganggu fungsi individu dalam belajar bahkan masyarakat, sehingga diperlukan adanya regulasi emosi setiap waktu. Individu biasanya akan menunjukkan fleksibilitas dalam mengelola keadaan emosional yang ekstrim, tetapi tidak menutup kemungkinan adanya beberapa orang yang belum memiliki ketrampilan dasar atau kesadaran akan adanya regulasi emosi, atau terganggu disebabkan banyaknya tekanan yang ada di sekolah, di rumah atau pun fungsi perkembangan yang tidak terfasilitasi dengan baik.

Slameto (2010) mengemukakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi hasil belajar yang didapatkan oleh siswa, yakni faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang berasal

dari luar diri. Beberapa contoh dari faktor eksternal ini adalah, (1) keluarga (cara orangtua mendidik, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, keadaan ekonomi keluarga, pengertian orangtua dan latar belakang kebudayaan), (2) faktor sekolah (metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan siswa, disiplin sekolah, alat pelajaran, waktu sekolah, standar pelajaran yang akan dicapai, keadaan gedung, metode belajar, dan tugas rumah), dan (3) faktor masyarakat (seperti kegiatan siswa dalam masyarakat, mass media, teman bergaul, dan bentuk kehidupan masyarakat)". Faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri siswa. Faktor internal dibagi menjadi tiga bagian yaitu faktor jasmaniah (kesehatan dan cacat tubuh), faktor psikologis (intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan, dan kesiapan), faktor kelelahan (jasmani dan rohani). Dengan demikian dapat dipahami bahwa kedua faktor tersebut terdapat hubungan timbal balik yang saling memberikan pengaruh besar terhadap kondisi psikologis siswa yang mengarah kepada keberhasilan proses belajar siswa. Siswa yang memiliki regulasi emosi yang rendah adalah individu yang mungkin marah atau meletakkan frustrasinya pada orang lain atau pada

dirinya sendiri dan menunjukkan ekspresi wajah yang berlawanan dengan normatif pada situasi tersebut. Mereka tidak mampu mengontrol emosinya dengan baik. Regulasi dapat mempengaruhi perilaku dan pengalaman belajar seseorang. Hasil dari regulasi dapat berupa perilaku yang ditingkatkan, dikurangi atau dihambat dalam ekspresinya (Gross, 1999).

Dalam faktor eksternal yang dijabarkan oleh Slameto, terdapat faktor keluarga (cara orangtua mendidik, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, keadaan ekonomi keluarga, pengertian orangtua dan latar belakang kebudayaan) yang memengaruhi hasil belajar siswa. Dalam pelaksanaan pendidikan sangat membutuhkan pendidik untuk fasilitator dan motivator untuk proses belajar mengajar salah satunya adalah orangtua. Motivator pendidik dimana selain mendorong peserta didik untuk menumbuhkan pengetahuan guru dan juga sangat perlu untuk memberikan motivasi kepada peserta didik dimana dalam pelaksanaan proses bermain dan belajar mempunyai semangat untuk mengikuti hal tersebut. Selain itu pendidik mampu bekerja sama dengan orang tua dalam proses kegiatan atau pembelajaran di rumah

maupun di sekolah (Ratiwi & Sumarni, 2020). Keluarga merupakan tempat pertama kali anak melakukan fungsi perkembangan dalam proses pembelajarannya. Proses yang terjadi antara anak dan orangtua tidaklah bersifat satu arah, namun saling memengaruhi satu sama lain. Artinya, anak belajar dari orangtua, sebaliknya, orangtua juga dapat belajar dari anak. Proses yang terjadi dalam keluarga lebih berbentuk sebagai suatu system yang interaksional. Salah satu kebutuhan dasar anak adalah mendapatkan perhatian dari orangtuanya. Beberapa bentuk perhatian yang dapat dilakukan orangtua kepada anak di antaranya adalah dengan cara memberikan pujian secara verbal, mengelus bahu anak, memberikan senyuman kepada anak, memberikan pelukan, dan memberikan hadiah berupa benda sebagai tanda bahwa orangtua setuju dan bangga terhadap apa yang dilakukan olehnya. (Rosmansyah dalam Ariati, 2009). Menurut Wortman dan Conway (1985) juga menyebutkan beberapa sumber dukungan sosial antara lain pasangan, teman, rekan kerja dan atasan serta keluarga. Sehingga selanjutnya dapat dipahami bahwa faktor-faktor tersebut diartikan sebagai dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga kepada anak dalam proses belajar yang sedang dihadapi.

Dukungan sosial menurut Lin, Woefel dan Light (1985) merupakan sebuah kebutuhan yang dilihat dari persetujuan, penghargaan dan pertolongan yang diperoleh dari orang-orang yang mempunyai arti bagi individu. Dukungan sosial menurut House (dalam Cohen & Syme, 1985) diartikan sebagai bentuk hubungan yang bersifat menolong. Sedangkan Sarason, Levine & Basham (1983) mendefinisikan dukungan sosial dapat dilihat dari adanya pemberian informasi dan pertolongan melalui interaksi sosial yang akrab yang membuat seseorang merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai. Selain itu Sarafino (1994) berpendapat bahwa dukungan sosial dapat diartikan sebagai perasaan nyaman, perhatian, penghargaan ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain. Dukungan sosial dari orang tua berpengaruh terhadap proses pembelajaran anak (siswa). Bagaimana dinamika regulasi emosi dan bentuk dukungan sosial yang dapat diberikan oleh orang tua pada anak (siswa) akan dijelaskan selanjutnya.

## II. Pembahasan

Proses belajar memiliki banyak aspek diantaranya adalah motivasi belajar atau minat belajar dan hasil belajar atau prestasi belajar anak. Orang tua punya

peranan penting dalam tahap belajar anak dan prestasi belajar anak, yaitu berupa dukungan atau *support*. Perhatian orang tua dapat memberikan dorongan dan motivasi sehingga anak dapat belajar dengan tekun, karena anak memerlukan waktu maupun tempat dan keadaan yang baik untuk belajar. Dalam proses belajar ini anak juga melibatkan emosi yang membantu anak untuk memelihara keseimbangan antara fungsi perkembangan kognitif dan sosial-emosional yang dimilikinya. Regulasi emosi memang berkembang selama kehidupan, tetapi sebagian besar regulasi emosi bergantung pada masa kanak-kanak terutama pada kelekatan dengan orangtua. Kelekatan yang baik dengan orang tua akan menimbulkan dukungan sosial yang positif kepada diri individu, terutama dalam mengatur emosi.

House (dalam Cohen dan Syme, 1985) membagi dukungan sosial atas empat aspek, yaitu:

1. Dukungan emosional, merupakan dukungan yang berupa empati, kepedulian dan perhatian. Penelitian Mc Loyd dan Smith (2002) mengemukakan bahwa semakin tinggi dukungan emosional yang

diterima, semakin rendah perilaku negatif yang muncul.

2. Dukungan penghargaan, berupa ungkapan hormat secara positif, dorongan untuk maju atau persetujuan terhadap sikap dan perasaan individu. Dengan memberikan positif *reinforcement* pada anak (siswa) semakin besar semangat yang ia dapatkan untuk mencapai tujuan pembelajarannya.
3. Dukungan informatif, berupa pemberian nasehat, saran, petunjuk dan umpan balik. Semakin banyak informasi, nasehat, saran yang didapat siswa dari orangtuanya, maka siswa akan semakin paham dengan permasalahan belajar atau akademik yang ia hadapi.
4. Dukungan Instrumental, berupa pertolongan yang bersifat praktis misalnya membantu mendampingi anak belajar, menyiapkan makanan atau snack saat belajar, menyediakan alat tulis dan lain sebagainya sebagai bantuan untuk meringankan pekerjaan anak dalam proses belajar.

Sedangkan menurut Gross dan John (2003) mendefinisikan regulasi emosi

sebagai cara individu mempengaruhi emosi yang mereka miliki, kapan mereka merasakannya dan bagaimana mereka mengekspresikan emosi tersebut. Terdapat dua strategi dalam regulasi emosi yaitu pertama, *cognitive reappraisal* (penimbangan ulang kognitif) adalah suatu bentuk pemikiran ulang mengenai emosi yang dirasakan. Pada strategi *cognitive reappraisal*, individu akan berpikir kembali apakah akan mengeluarkan emosi yang dirasakan atau mengubah bentuk emosi tersebut di depan orang sekitarnya. Kedua, *expressive suppression* (penekanan secara sadar ekspresi emosi) adalah bentuk penekanan respon emosi yang dirasakan, individu akan menahan emosinya untuk tidak diekspresikan di depan orang sekitarnya.

Pomerantz & Moorman mengatakan walaupun orangtua memiliki waktu yang lebih sedikit dalam menghabiskan waktu bersama anak-anaknya, namun mereka akan terus memiliki pengaruh yang kuat terhadap perkembangan anak mereka, Pomerantz & Moorman (dalam Santrock, 2014). Hal ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Natalia dan Lestari (2015) remaja yang memiliki hubungan kelekatan aman yang tinggi mampu berpikir lebih

positif, cara berpikir yang baik, dan menentukan keputusan secara matang sehingga mencapai kematangan emosi. Brener dan Salovey (dalam Ratnasari & Suleeman, 2017) memaparkan ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi seseorang. Faktor yang pertama adalah usia, semakin bertambahnya usia individu maka relatif semakin baik ia dapat meregulasi emosinya. Faktor yang kedua adalah faktor keluarga, individu pada dasarnya belajar dengan cara memperhatikan orang tua dalam mengungkapkan emosinya. Peran orang tua sangat besar dan banyak dalam mengajarkan anak untuk bisa meregulasi emosi yang dapat menjadi faktor pendukung untuk anak belajar. Pada penelitian Pratisti (dalam Siswandi dan Caninsti, 2020) ditemukan bahwa peran orangtua dalam mengembangkan kemampuan regulasi emosi anak dapat dilakukan dalam tiga bentuk, yaitu sebagai model, pendidik dan pencipta iklim emosional dalam keluarga. Cara yang dapat dilakukan orangtua untuk mengembangkan regulasi emosi yang tepat bagi anak adalah memberikan teladan atau contoh pengelolaan emosi yang baik dan lebih terkontrol; memberikan pengarahannya dan bimbingan pengelolaan emosi yang tepat;

dan menciptakan iklim emosional yang baik, misalnya menciptakan keluarga yang penuh kasih sayang, lekat secara emosional, saling memberikan dukungan, dan memberikan kesempatan bagi anak-anaknya untuk menyuarakan apa yang dirasakan dengan kata lain memvalidasi dan memfasilitasi kebutuhan emosi anak.

Putri dan Coralia (2017) melakukan penelitian yang meneliti tentang variabel dukungan sosial dan regulasi emosi yang menghasilkan nilai korelasi yang dihasilkan sebesar 0,527 dengan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,001$ ). Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang berarti dan signifikan antara dukungan sosial dan regulasi emosi. Hal ini juga berarti semakin tinggi dukungan sosial yang dinilai dan dirasakan maka akan semakin tinggi pula kemampuan siswa dalam meregulasi emosinya. Selaras dengan hasil penelitian Rizkiana dan Indrawati (2019) menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan regulasi emosi ( $r_{xy} = 0,471$ ;  $p = 0,000$ ), yang berarti semakin positif dukungan sosial yang diterima oleh siswa, maka regulasi emosi yang dimiliki semakin tinggi. Begitu juga sebaliknya, semakin negatif dukungan sosial yang diterima oleh

siswa, maka regulasi emosi pada siswa juga semakin rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Pahlawanti (2021) juga menunjukkan hasil yang kurang lebih sama yaitu hasil hipotesis penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan regulasi emosi, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Dengan keterangan hasil analisis data  $\rho=0,622$  dan  $p=0,000$  ( $p<0,01$ ). Hal ini berarti semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula regulasi emosi pada seseorang, dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah regulasi emosi yang dimiliki individu. Siswandi dan Caninsti (2020) melakukan penelitian tentang dukungan sosial dan hubungannya dengan regulasi emosi yang memaparkan hasil penelitian bahwa dukungan sosial berperan signifikan terhadap strategi *cognitive reappraisal* ( $p=.003$   $R^2=.072$ ) Sementara itu peran dukungan sosial teman sebaya terhadap strategi regulasi emosi *expressive suppression* ( $p=.114$   $R^2=.021$ ). Artinya, apabila individu mendapatkan dukungan dari teman sebaya maka ia akan lebih mempertimbangkan emosi yang dirasakan untuk diekspresikan kepada lingkungan sekitar.

Penelitian lain yang mendukung adalah penelitian yang dilakukan oleh Saputra (2017) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan hasil belajar siswa. Besarnya korelasi 0,793 yang bermakna positif dapat diartikan, semakin tinggi regulasi emosi maka semakin tinggi hasil belajar siswa, dan sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka semakin rendah hasil belajar siswa. Connors & Epstein (dalam Santrock, 2002:97) memaparkan bahwa para siswa ingin orangtuanya terlibat aktif dalam pendidikan mereka. Berdasarkan beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial orangtua sangat dibutuhkan oleh anaknya apalagi dalam usia menempuh pendidikan. Dukungan sosial orangtua merupakan salah satu yang membantu proses belajar anak agar lebih baik, karena dengan orangtua memberikan dukungan sosial kepada anak, maka anak akan cenderung semangat, termotivasi, terbimbing, dan mencapai perubahan ke arah yang lebih baik yang berarti anak juga dapat meregulasi emosinya dengan baik.

Disisi lain Schunk, Pintrich & Meece (dalam Diniaty 2017) mengemukakan secara umum faktor yang

mempengaruhi minat dalam proses belajar siswa itu ada dua, yang pertama dari dalam diri siswa yang dinamakan minat personal (*personal interest*) yakni terkait dengan tingkat tingginya pengetahuan, nilai, dan emosi positif yang terdapat dalam diri siswa. Temuan penelitian Saputra (2019) selaras dengan Ackley (2016) yang mengungkapkan bahwa kecerdasan emosi memiliki sinergi dengan kemampuan kognitif seseorang yaitu kemampuan untuk memperoleh informasi baru dan juga penyelesaian masalah, orang-orang yang berprestasi tinggi memiliki keduanya. Semakin tinggi kemampuan regulasi emosi siswa, semakin besar kemungkinan untuk sukses dalam perolehan hasil belajarnya (Pajares 2008). Emosi yang tidak dapat dikelola dengan baik tidak bisa menggunakan kemampuan kognitif sesuai dengan potensi yang maksimum (Maharani, A, 2017). Selanjutnya penelitian Saputra ini selaras juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Gottman (2001) menunjukkan bahwa dengan mengaplikasikan regulasi emosi dalam kehidupan akan berdampak positif baik dalam kesehatan secara fisik, keberhasilan akademik, kemudahan dalam membangun relasi dengan orang lain dan meningkatkan resiliensi atau daya juang seseorang untuk

bisa bangkit dalam menghadapi masa-masa sulit. Strongman (2003) dalam penelitiannya terhadap siswa menuliskan bahwa, siswa yang memiliki tingkat regulasi emosi yang tinggi akan mampu mengelola emosinya, mengevaluasi emosi dan mengubah alur emosinya dengan baik, memiliki asertivitas yang tinggi dalam proses pembelajaran, serta memiliki daya juang untuk bangkit dari kesulitan belajar sedangkan siswa dengan tingkat regulasi emosi yang rendah berhubungan dengan tidak terkontrolnya perilaku pada remaja, misalnya perilaku agresif yang destruktif, perilaku prososial yang rendah dan kerentanan terhadap pengaruh emosi negatif dan penolakan di lingkungan sosial dan pendidikannya.

### III. Penutup

Pada kehidupan anak terutama dalam tahap perkembangannya, sumber dukungan yang paling utama dibutuhkan adalah dukungan dari lingkungan keluarganya, terutama orangtua. Orangtua merupakan lingkungan sosial terdekat dan pertama dari anak. Anak yang mendapatkan dukungan sosial dari orangtua, akan membantu anak dalam melewati tantangan-tantangan tugas perkembangannya, selain itu dukungan yang diberikan orangtua dapat menjadi

pembelajaran anak dalam berhubungan dengan lingkungan pendidikan (akademik) dan masyarakat. Peranan aspek psikologis khususnya dalam memberikan dukungan sosial kepada anak merupakan faktor yang cukup penting yang mempengaruhi suatu proses pembelajaran, hal tersebut terkadang bisa menentukan dalam usaha anak untuk mencapai prestasi yang maksimal.

Salah satu aspek pertumbuhan anak yang penting untuk di kelola adalah perkembangan emosi. Kontrol perkembangan emosi anak dapat difasilitasi dengan memberikan dukungan sosial yang baik kepada anak. Emosi dapat mendorong munculnya perilaku dan saat anak belum mampu untuk mengungkapkan apa yang ia rasakan, inginkan, atau pun pikirkan, perilaku ini lah yang merefleksikan apa yang terjadi di dalam anak. Emosi dalam proses pembelajaran dapat memberikan pengaruh pada anak dalam bentuk cepat atau lambatnya proses belajar yang ditempuh. Emosi pada anak juga memiliki memengaruhi proses pembelajaran yang lebih menyenangkan dan bermakna bagi anak. Tanpa adanya emosi, kegiatan struktur saraf otak menjadi kurang optimal dan juga tidak maksimal dalam upaya untuk memahami pengetahuan dalam fungsi

kognitif sehingga hasil belajar tidak dapat dicapai sesuai dengan tujuan pembelajaran siswa. Oleh sebab itu perlu adanya pengelolaan emosi yang baik pada siswa. Pengelolaan emosi atau regulasi emosi pada siswa ini perlu didukung oleh adanya dukungan sosial dari keluarga atau orang tua karena dengan regulasi emosi yang baik proses belajar anak juga dapat berjalan dengan baik.

Dinamika antara dukungan sosial, regulasi emosi ini ternyata dapat menghasilkan prestasi belajar yang baik pada anak. Hal ini terlihat ketika dukungan sosial yang diberikan memunculkan regulasi emosi yang baik sehingga pengelolaan belajar anak dimana didalamnya ada motivasi belajar, minat belajar juga semakin meningkat. Hal ini membuat anak menghasilkan prestasi dan hasil belajar yang juga sesuai dengan harapan bagi anak dan orang tua. Disisi lain variabel dukungan sosial sendiri juga memberikan kontribusi pada peningkatan hasil belajar, prestasi dan perkembangan kognitif, begitupula regulasi emosi. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa variabel dukungan sosial dan regulasi emosi keduanya dapat menjadi variabel *dependent* yang memengaruhi variabel *independent*

yaitu proses belajar hingga meningkatkan prestasi dan hasil belajar pada anak.

### Daftar Pustaka

Ackley, D. (2016). Emotional intelligence: A practical review of models, measures, and applications. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 68 (4), 269. <https://psycnet.apa.org/record/2016-45865-001> (diakses 5 Desember 2021).

Ariati, J. (2010). *Subjective Well Being (Kesejahteraan Subjektif) Dan Kepuasan Kerja Pada Staf Pengajar (Dosen) Di Lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*. Semarang. *Jurnal Psikologi Undip*, 8 (2).

Cohen, S. & Syme, S. L. (1985). *Issues in the Study and Application of Social Support: Social Support and Health*. London: Academic Press

Diniaty, Amirah. (2017). Dukungan Orangtua terhadap Minat Belajar Siswa. *Jurnal Al-Taujih*, 3(1), 90-100.

Djohan. (2009). *Psikologi Musik (cet.III)*. Yogyakarta: Penerbit Best Publisher  
Goleman, D. (1996). *Emotional Intelligence : Kecerdasan Emosional*. Jakarta : PT. SUN.

Gottman, J. 2001. *Kiat-kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional (Terjemahan)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Gross, J. J. (1999). Emotion and Emotion Regulation. In L.A. Pervin & O.P. John, *Handbook of Personality : Theory and Research (Ed.2)*, 525-552. New York: Guilford.

Gross, J & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85 (2), 348–362.

Lin, N., Woelfel, M. W., & Light, S. C. (1985). The Buffering Effect Of Social Support Subsequent To An Important Life Event. *Journal of Health and Social Behavior*, 26 (3), 247-263.

Maharani, A. (2017). Mengenal Kecerdasan Emosional Dalam Pembelajaran Matematika. *Delta: Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika*, 2(1), 63-70.

McLoyd, V. C., & Smith, J. (2002). Physical Discipline And Behavior Problems In African American, European American, And Hispanic Children: Emotional Support As A Moderator. *Journal of Marriage and Family*, 64 (1), 40-53.

Natalia, C., & Lestari, M. (2015). Hubungan Antara Kelekatan Aman Pada Orang Tua Dengan Kematangan Emosi Remaja Akhir Di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2 (1).

Nisfiannoor, M., & Kartika, Y. (2004). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 2 (2).

Pahlawanti, Ragil Putri. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Regulasi Emosi Pada Ibu Yang Mendampingi Belajar Anak Secara Daring. *Jurnal Mahasiswa, 1*. Universitas Semarang. <https://repository.usm.ac.id/detailjurnal/ahasiswa-1020.html> (diakses 5 Desember 2021).

Pajares, F. (2008). Motivational role of self-efficacy beliefs in self-regulated learning. In

- D. H. Schunk & B. J. Zimmerman (Eds.), *Motivation and self-regulated learning: Theory, research, and applications* (pp. 111–139). Lawrence Erlbaum Associates Publishers. <https://psycnet.apa.org/record/2008-03967-005> (diakses 5 Desember 2021).
- Putri, S. D., & Coralia, F. (2019). Hubungan dukungan sosial dengan regulasi emosi pada siswa korban bullying di SMPN "X" Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 134-140.
- Ratnasari, S., & Suleeman, J. (2017). Perbedaan regulasi emosi perempuan dan laki - laki di perguruan tinggi. *Jurnal Psikologi Sosial*, 15(1), 35-46.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor*. New York : Broadway Books.
- Riana Denik Ratiwi., Woro Sumarni. (2020). *Peran Orang Tua dalam Pendampingan Pembelajaran Daring Terhadap Perkembangan Kognitif*. Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana UNNES.
- Rizkiana, L., & Indrawati, E. S. (2019). Hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan regulasi emosi pada siswa kelas VIII MTSN Bawu Jepara. *Jurnal Empati*, 8(1), 76-81.
- Safaria, T., & Saputra, N. E., (2009) *Manajemen Emosi : Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*. Jakarta : Bumi
- Santrock, J. W. (2002). *Psikologi Pendidikan*. Terjemahan oleh Tri Wibowo. 2010. Jakarta: Kencana.
- Santrock. (2014). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Saputra, S. 2017. Hubungan Regulasi Emosi dengan Hasil Belajar Siswa. *Konselor*, 6 (3), 96-100.
- Sarafino. (1994). *Health Psychology Biopsychosocial Interaction*. USA : John Wiley & Sons.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44 (1), 127-139.
- Siswandi, dkk. (2020). Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Regulasi Emosi Mahasiswa Perantau Tahun Pertama di Jakarta. *Jurnal Psikogenesis*. 8 (2).
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Strongman, K. T. (2003). *The psychology of emotion*. West Sussex : John Willey & SonsLtd  
[https://www.academia.edu/23028227/The\\_Psychology\\_of\\_Emotions](https://www.academia.edu/23028227/The_Psychology_of_Emotions) (diakses tanggal 05 Desember 2021)
- Thompson, R. A., (1994). Emotion Regulation : A Theme In Search Of Definition. *Monographs Of The Society for Research in Child Development*, 59, 25-52
- Wortman, C.B. and Conway, T. L. (1985) The Role Of Social Support In Adaptation And Recovery From Physical Illness. In Cohen, S., and Syme, S. L. (Ed) *Social support and health* pp 281- 302 Academic Press Inc Orlando.