

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS *ATTACHMENT* DENGAN
REGULASI EMOSI PADA REMAJA DI SMA YAYASAN
PANDAAN**

SKRIPSI

Oleh:

**ITSNA DUROTI LAYYINATUS SYIFA
NIM: 10410055**



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK
IBRAHIM
MALANG
2014**

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS *ATTACHMENT* DENGAN
REGULASI EMOSI PADA REMAJA DI SMA YAYASAN
PANDAAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas Islam negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Oleh:

**ITSNA DUROTI LAYYINATUS SYIFA
NIM: 10410055**



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK
IBRAHIM
MALANG
2014**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS *ATTACHMENT* DENGAN
REGULASI EMOSI PADA REMAJA DI SMA YAYASAN
PANDAAN**

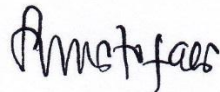
SKRIPSI

Oleh:

**ITSNA DUROTI LAYYINATUS SYIFA
NIM: 10410055**

Telah Disetujui Oleh:

Dosen pembimbing

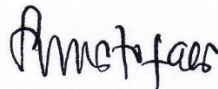


**Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag
NIP. 19730710 200003 1 002**

Pada tanggal, 11 Juni 2014

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang



**Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag
NIP. 19730710 200003 1 002**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS *ATTACHMENT* DENGAN
REGULASI EMOSI PADA REMAJA DI SMA YAYASAN
PANDAAN
SKRIPSI**

Oleh:

**ITSNA DUROTI LAYYINATUS SYIFA
NIM: 10410055**

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Diterima Sebagai
Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)
Pada tanggal, 2 Juli 2014

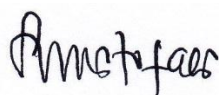
SUSUNAN DEWAN PENGUJI

- 1. Penguji Utama**
Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si
NIP. 19761128 200212 2 001
- 2. Ketua Penguji**
Drs. Zainul Arifin, M. Ag
NIP. 19650606 199403 1 003
- 3. Sekretaris/ Pembimbing**
Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag
NIP. 19730710 200003 1 002

TANDA TANGAN



Mengetahui dan Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang



Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag
NIP. 19730710 200003 1 002

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Itsna Duroti Layyinatuz Syifa

NIM : 10410055

Alamat : Tambahmulyo – Jakenan – Pati – Jawa Tengah

Menyatakan bahwa penelitian yang dibuat sebagai salah satu persyaratan kelulusan pada Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang, yang berjudul:

“HUBUNGAN ANTARA KUALITAS *ATTACHMENT* DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA DI SMA YAYASAN PANDAAN”

Adalah murni hasil karya peneliti dan bukan duplikasi dari karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Selanjutnya apabila di kemudian hari ada klaim dari pihak lain, adalah bukan menjadi tanggung jawab dosen pembimbing dan Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang, melainkan sepenuhnya menjadi tanggung jawab peneliti.

Demikian, surat pernyataan ini di buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa intervensi dari pihak manapun.

Malang, 11 Juni 2014
Peneliti,



Itsna Duroti Layyinatuz Syifa

MOTTO



الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

28. (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram. (Ar Ra'd, ayat: 28).

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah puji syukurku yang tidak akan henti-hentinya mengalir kehadiran Allah SWT yang menggenggam kedaulatan absolut di seluruh jagat raya ini. Sehingga karya sederhana ini dapat terselesaikan, meski ini tidak seberapa dibandingkan limpahan kenikmatan yang telah Engkau tuangkan dalam porsi yang sangat menakjubkan.

Sholawat beserta salam semoga tetap tercurahkan keharibaan baginda Rasulullah SAW. Semoga syafaatnya teranugerahkan untuk setiap insan yang mengasihinya.

My mom & Bapakku tercinta, terimakasih atas do'a, motivasi serta kasih sayang yang tiada henti. Semoga saya tidak hanya berhenti berkarya disini saya. Saya akan terus berusaha membuat ibu, bapak, serta keluargaku bangga.

My Brothers: Kakak Ufiq & Adik Alvin, terimakasih buat saudaraku tersayang atas dukungan kalian. (Makasih kakak atas waktunya untuk menemaniku belajar)

Kakandaku, terimakasih atas dukungan dan semangat yang tiada henti.

Asatidz wa Ustadzat Tarbiyatul Islamiyah, Matholi'ul Falah, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Terimakasih telah mendidiku dengan sabar. Semoga ilmu yang telah aku dapat akan bermanfaat. Semoga setiap do'aku akan tetap selalu mengalir buat Asatidz wa Ustadzat.

Sahabat2 kos: Eka, Ria, Putri, Redha, Maria, Eva & semua yg di lt.3 Thanks All, serta sahabatku tersayang nok Mila yang selalu menemani disetiap hariku. Makasih atas semuanya. Dan salam buat ibu dan ayahmu yaa...

Sahabat seperjuangan Amel, Ika, Erly, Dewi, Hana, mbk Queen, dan semua teman yang tak dapat aku sebutkan satu persatu terutama temen2 Psikologi UIN Maliki Malang angkatan 2010 dan semuanya yang sudah bantu & mendukungku. Thank you soo much, fastabiqul khoirot yuk...

Dulur-dulur UKM Seni Religius, makasih semuanya kalian semua terbaik dan telah mengenalkan dan mengajarkanku tentang seni, kekeluargaan dan semua yang ada di UKM Seni Religius, dan maaf untuk selama ini.

Semua yang telah memberi warna dalam kehidupanku, yang tak bisa ku sebutkan satu persatu.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, taufiq, dan hidayah-Nya., penulisan penelitian ini terselesaikan dengan baik.

Shalawat dan Salam senantiasa tercurahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW, sebaik-baik hamba dan Nabi akhir zaman pembawa kebenaran dan kesempurnaan. Atas berkat Rahmat dan Kebesaran-Nya peneliti dapat menyelesaikan penelitian dengan judul “Hubungan antara Kualitas *Attachment* dengan Regulasi Emosi Pada Remaja Di SMA Yayasan Pandaan”. Disamping itu, kesempurnaan penulisan penelitian ini tidak lepas berkat adanya dorongan, semangat, petunjuk, nasehat dan bimbingan dari berbagai pihak.

Menyadari kenyataan yang demikian, maka peneliti dengan segenap kerendahan hati merasa wajib untuk menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya, kepada berbagai pihak yang telah membantu, yaitu:

1. Bapak Prof. Dr. H. Mudjia Rahardjo, M. Si, selaku Rektor UIN Maliki Malang.
2. Bapak Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag, selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang dan selaku dosen pembimbing, yang telah memberikan izin penelitian, selain itu juga memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran dan dukungan selama penulisan penelitian.
3. Ibu Dr. Siti Mahmudah, M. Si, selaku dosen pembimbing akademik, yang telah memberikan arahan dan masukan akademis kepada peneliti selama ini.
4. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang, yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan yang tak ternilai harganya.

5. Bapak Machmud Huda, M. Pd, selaku Kepala SMA Yayasan Pandaan, yang telah memberikan izin penelitian.
6. Bapak Ari Wahyudi Hidayat, S. Psi, selaku Guru BP/BK SMA Yayasan Pandaan, yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan informasi, arahan, dukungan dan masukan kepada peneliti.

Semoga bantuan dan amal baik dari semua pihak mendapat ridho dan balasan dari Allah SWT. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini jauh dari sempurna, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi sempurnanya penelitian ini. Akhirnya, semoga tulisan sederhana ini dapat memberikan manfaat serta menjadi wacana baru bagi pembaca pada umumnya dan bagi pihak yang membutuhkan. Amien.

Malang, 11 Juni 2014
Peneliti,

Itsna Duroti Layyinatul Syifa
10410055

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	I
HALAMAN PENGAJUAN	II
HALAMAN PERSETUJUAN	III
HALAMAN PENGESAHAN	IV
SURAT PERNYATAAN	V
MOTTO	VI
HALAMAN PERSEMBAHAN	VII
KATA PENGANTAR	VIII
DAFTAR ISI	X
DAFTAR TABEL	XIII
DAFTAR GAMBAR	XIV
DAFTAR LAMPIRAN	XV
ABSTRAK	XVI
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	16
C. Tujuan Penelitian	17
D. Manfaat Penelitian	17
BAB II KAJIAN TEORI	19
A. Kajian Pustaka	19
1. Regulasi Emosi	19
a. Pengertian Emosi	19
b. Pengertian Regulasi Emosi	20
c. Proses Regulasi Emosi	22

d.	Aspek-aspek Regulasi Emosi	24
e.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi.....	26
f.	Dampak Regulasi Emosi	28
g.	Regulasi Emosi dalam Perspektif Islam	30
2.	Kualitas <i>Attachment</i>	38
a.	Pengertian <i>Attachment</i>	38
b.	Kualitas <i>Attachment</i>	41
c.	Pola <i>Attachment</i>	44
d.	Perkembangan Kualitas <i>Attachment</i> Remaja	46
e.	Dimensi Kualitas <i>Attachment</i> Remaja	48
f.	Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Attachment</i>	49
g.	Kualitas <i>Attachment</i> dalam Perspektif Islam	51
3.	Remaja	59
a.	Pengertian Remaja	59
b.	Ciri-ciri Remaja	60
c.	Emosi Remaja	61
B.	Perspektif Teori	63
1.	Sekilas Tentang James J. Gross dan Karya-karyanya.....	63
2.	Hubungan Kualitas <i>Attachment</i> dengan Regulasi Emosi.....	66
C.	Hipotesis Penelitian	69
BAB III	METODE PENELITIAN	70
A.	Rancangan Penelitian	70
B.	Identifikasi Variabel	70
C.	Definisi Operasional	71
D.	Metode Pengumpulan Data	73
E.	Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	73
F.	Instrumen Penelitian	75
G.	Validitas dan Reliabilitas	84
1.	Validitas	84
2.	Reliabilitas	85

3. Hasil Uji Skala	86
H. Teknik Analisis Data	89
1. Uji Asumsi	89
2. Analisis Deskriptif	90
3. Analisis Inferensial	92
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	93
A. Waktu dan Lokasi penelitian	93
B. Paparan Hasil Penelitian	93
1. Analisis Data Tingkat Kualitas <i>Attachment</i> dan Regulasi Emosi	93
2. Hasil Uji Asumsi	104
3. Analisis Pengujian Hipotesis	108
C. Pembahasan	114
1. Tingkat Kualitas <i>Attachment</i>	114
2. Tingkat Regulasi Emosi	121
3. Hubungan Antara Kualitas <i>Attachment</i> dengan regulasi Emosi	126
BAB V PENUTUP	140
A. Kesimpulan	140
B. Saran	141
DAFTAR PUSTAKA	145
LAMPIRAN	1

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
Tabel 2.1.	Analisis Teks Islam	36
Tabel 2.2.	Analisis Teks Islam	56
Tabel 3.1.	Jumlah siswa SMA Yayasan Pandaan Tahun Ajaran 2013-2014	73
Tabel 3.2.	Sampel Penelitian	75
Tabel 3.3.	Point dan Skor Skala Likert.....	77
Tabel 3.4.	Blue print Regulasi Emosi.....	78
Tabel 3.5.	Blue Print Skala Kualitas <i>Attachment</i> Remaja Terhadap Ibu (<i>IPPA Revise-Version</i>)	79
Tabel 3.6.	Blue Print Skala Kualitas <i>Attachment</i> Remaja Terhadap Ayah (<i>IPPA Revise-Version</i>).....	80
Tabel 3.7.	Blue Print Skala Kualitas <i>Attachment</i> Remaja Terhadap Teman Sebaya	82
Tabel 3.8.	Reliabilitas Skala Regulasi Emosi dan Kualitas <i>Attachment</i> ..	88
Tabel 4.1.	Rumusan Kategorisasi Kualitas <i>Attachment</i> Remaja Terhadap Ibu	95
Tabel 4.2.	Hasil Prosentase Variabel Kualitas <i>Attachment</i> Remaja Terhadap Ibu Menggunakan Mean Hipotetik.....	95
Tabel 4.3.	Rumusan Kategorisasi Kualitas <i>Attachment</i> Remaja Terhadap Ayah	97
Tabel 4.4.	Hasil Prosentase Variabel Kualitas <i>Attachment</i> Remaja Terhadap Ayah Menggunakan Mean Hipotetik.....	98
Tabel 4.5.	Rumusan Kategorisasi Kualitas <i>Attachment</i> Remaja Terhadap Teman Sebaya.....	100
Tabel 4.6.	Hasil Prosentase Variabel Kualitas <i>Attachment</i> Remaja Terhadap Teman Sebaya Menggunakan Mean Hipotetik.....	100
Tabel 4.7.	Rumusan Kategorisasi Regulasi Emosi.....	102
Tabel 4.8.	Hasil Prosentase Variabel Regulasi Emosi Menggunakan Mean Hipotetik	103
Tabel 4.9.	Uji Jenis Distribusi Normal.....	106
Tabel 4.10.	Hasil Uji Multikolinearitas	107
Tabel 4.11.	Hasil Korelasi Antara Kualitas <i>Attachment</i> Dengan Regulasi Emosi.....	109
Tabel 4.12.	Hasil Uji ANOVA.....	110
Tabel 4.13.	Hasil Koefisien Determinan.....	111
Tabel 4.14.	Koefisien Korelasi Beta	112

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
Gambar	3.1. Rancangan Penelitian.....	70
Gambar	4.1. Prosentase Kelekatan Remaja Terhadap Ibu	96
Gambar	4.2. Prosentase Kelekatan Remaja Terhadap Ayah	98
Gambar	4.3. Prosentase Kelekatan Remaja Terhadap Teman Sebaya	101
Gambar	4.4. Prosentase Tingkat Regulasi Emosi	103
Gambar	4.5. Grafik Uji Normalitas	105
Gambar	4.6. Grafik Uji Heterokedastisitas	108

DAFTAR LAMPIRAN

1. LAMPIRAN 1	1
a. Skala Regulasi Emosi	2
b. Skala Kualitas <i>Attachment</i>	4
2. LAMPIRAN 2	7
a. Data Siswa SMA Yayasan Pandaan	7
b. Rekapitulasi Siswa	7
3. LAMPIRAN 3	8
a. Reliabilitas	8
4. LAMPIRAN 4.....	19
a. Hasil Uji Normalitas	19
b. Hasil Uji Linearitas	21
c. Hasil Uji Regresi	22
d. Histogram Regulasi Emosi	26

ABSTRAK

Syifa, Itsna Duroti Layyinatus. 2014. Hubungan Antara Kualitas *Attachment* dengan Regulasi Emosi Pada Remaja Di SMA Yayasan Pandaan. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Dosen Pembimbing: Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag

Kata kunci: regulasi emosi, kualitas *attachment* (kelekatan)

Kenakalan remaja adalah salah satu bentuk kurang mampuan individu dalam meregulasi emosinya. Hal tersebut termasuk kategori gangguan emosional pada masa remaja. Karena ketika seseorang dalam mencapai tujuannya telah gagal, maka ia akan mengalami tekanan psikologis dan akan memilih reaksi emosi yang sesuai dengan kondisi tersebut dengan melakukan tindakan agresi internal/eksternal. Sehingga, kemampuan meregulasi emosi perlu dilakukan terutama bagi para remaja. Thompson (1994:27-28) mendefinisikan regulasi emosi sebagai proses intrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosi secara intensif dan khusus untuk mencapai suatu tujuan. Kelekatan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi regulasi emosi. Kelekatan yang dibangun oleh remaja dengan figur lekat (ibu, ayah & teman sebaya) dapat mempengaruhi perkembangan kehidupan individu, sehingga hal tersebut perlu diberi perhatian yang lebih.

Berdasarkan hal tersebut penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kualitas *attachment* remaja terhadap ibu, ayah & teman sebaya dengan tingkat regulasi emosi. Selanjutnya, penelitian ini diharapkan bisa memberikan pemahaman tentang hubungan kualitas *attachment* dengan regulasi emosi pada remaja di SMA Yayasan Pandaan.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SMA Yayasan Pandaan Tahun Ajaran 2013-2014. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling* sebesar 50% dengan sampel yang didapat berjumlah 92 siswa. Skala dalam penelitian ini diadaptasi dari Gross & John (2003), seorang penulis ERQ (*The Emotional Regulation Questionnaire*), dalam teori tersebut terkandung 10 item pernyataan dengan reliabilitas $\alpha=0,642$ untuk mengukur tingkat regulasi emosi. Sedangkan, untuk mengukur kualitas *attachment* menggunakan skala IPPA *Revised-Version* (Armsden & Greenberg, 2009) yang diadaptasi oleh Sakdiyah (2014). Tingkat reliabilitas dari skala kelekatan remaja terhadap ibu (10 item) diketahui $\alpha=0.826$, kelekatan remaja terhadap ayah (12 item) diketahui $\alpha=0.824$, dan kelekatan remaja terhadap teman sebaya (11 item) diketahui $\alpha=0.820$. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis regresi linear berganda. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan nilai *R Square* sebesar 0,124 yang berarti, jika variabel kualitas *attachment* jika dikorelasikan dengan variabel terikat (regulasi emosi) menghasilkan korelasi atau memberi pengaruh sebesar 12,4% serta nilai $F = 4,148$ signifikansi $p = 0,008$.

Hasil penelitian menunjukkan semakin tinggi kualitas kelekatan remaja terhadap ayah maka semakin tinggi regulasi emosi. Sedangkan pada kualitas kelekatan remaja terhadap ibu dan teman sebaya, semakin tinggi kualitas kelekatan tersebut maka semakin rendah regulasi emosi. Dengan demikian, penting bagi remaja untuk meningkatkan kualitas *attachment* (ibu, ayah, & teman sebaya) supaya dapat meningkatkan kemampuan regulasi emosi.

ABSTRACT

Syifa, Itsna Duroti Layyinat. 2014. The Correlation Between Quality Attachment with Emotion Regulation in Adolescent at Yayasan High School Pandaan. Thesis. Islamic State University Maulana Malik Ibrahim of Malang. Advisor: Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag

Keyword: Emotion Regulation, Quality Attachment.

Juvenile delinquency is one individual in the form of lack of ability to regulate emotions. It belongs to the category of emotional disturbance in adolescence. Because, when a person has failed to achieve its goals, it will experience psychological distress and will select the appropriate emotional reaction to these conditions by internal/external aggression. Thus, the ability to regulate emotions need to be done, especially for adolescents. Emotion regulation consists of the extrinsic and intrinsic processes responsible for monitoring, evaluating, and modifying emotional reactions, especially their intensive and temporal features, to accomplish one's goals (Thompson, 1994:27-28). Attachment is one of the factors that affect of emotion regulation, because the attachment was built by adolescent to figure intently (mother, father & peers), which would affect the development of an individual's life, it should be afforded attention.

Furthermore, the research will give comprehension to know about analyze the level of quality of adolescent attachment to mother, father & peers with the level of emotion regulation. This study is expected to provide an understanding of the quality of the attachment relationship with emotion regulation in adolescent at Yayasan High School Pandaan.

The study is a quantitative correlation of the research. The subjects are all students of Yayasan High School Pandaan for 2013-2014. The sampling technique uses purposive sampling method by the result 50% of 92 students. The scale of this study adapted by Gross & John (2003) as author of the ERQ (Emotional Regulation Questionnaire). The theory includes 10 item of pronouncement with reliability of $\alpha=0.642$ to measure emotion regulation. Whereas, to measure of the quality of attachment, the scale used IPPA revised-version (Armsden & Greenberg, 2009) which adapted by Sakdiyah (2014). The level of reliability of adolescent attachment to mother (10item) is $\alpha=0.826$, to father (12 item) is $\alpha=0.824$, and to peers (11 item) is $\alpha=0,820$. The analysis technique is multiple linear regression analysis. Based on the results of the study found the value of R Square 0.124 that means, when the variable quality of the attachment correlated with the dependent variabel (emotion regulation) would result a correlation or an impact of 12.4% with $F = 4.148$ significancy $\rho = 0.008$.

The result show the higher of adolescent attachment to the father, the higher emotion regulation. While turns the adolescent attachment to mother and peers, the higher the quality, the lower the viscosity of emotion regulation. Thus, it is important for adolescents to improve the quality of attachment (mother, father & peers) in order to improve the ability of emotion regulation.

المستخلص البحث

الشفة، اثني دة لينة .، عام 2014 .العلاقة بين التين الجودة اللائحة العاطفة تعلق في المدرسة الثانوية مؤسسة Pandaan. البحث الجامعي ، كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية بالانج. المشرف: الدكتور الحاج محمد لطفي مصطفى.

الكلمات الرئيسية: التنظيم العاطفي، جودة التعلق

الجنوح للمراهقين هو شكل من عدم القدرة للفرد على تنظيم العواطف. وانه هو من أحد الاضطرابات العاطفية في مرحلة المراهقة. لأن عندما كان الشخص فاشلا في تحقيق أهدافه، فسوف يعاني من الضبط النفسي ويختار رد الفعل العاطفي المناسبة للظروف من خلال القيام بأعمال العدوان الداخلي أو الخارجي. وبالتالي، فإن القدرة على تنظيم العواطف ضرورية للقيام به، خاصة بالنسبة للمراهقين. وقد عرّف طومسون (1994:27-28) التنظيم العاطفي بأنه عمليات داخلية وخارجية مسؤولة عن مراقبة وتقييم وتعديل ردود الفعل العاطفية بشكل مكثف وعلى وجه خاصة لتحقيق الهدف. الحساسية هي واحدة من العوامل التي تؤثر على تنظيم العاطفة. الحساسية التي قد بناه (شكّل) المراهقين تعلق مع الشكل التعلق الأم والأب وأقرانهم يمكن أن تؤثر على تطور حياة الفرد، لذلك يحتاج إلى الإهتمام الزائد له . بناء على ما قد سبق، فهذه الدراسة تهدف إلى معرفة مستوى جودة التعلق المراهقين إلى الأم والأب وأقرانهم مع مستوى تنظيم العاطفة .وعلاوة على ذلك، يتوقع هذه الدراسة إلى تقديم الفهم عن العلاقة بين جودة تعلق مع تنظيم العاطفة لدى المراهقين في مؤسسة المدرسة الثانوية بنداآن.

واستخدمت هذه الدراسة المنهج الكمي العلاقي. وكانت المواضيع في هذه الدراسة جميع الطلاب في المدرسة الثانوية بنداآن Pandaan في العام الدراسي 2013-2014 . تقنية أخذ العينات باستخدام طريقة أخذ العينات الهادف بنسبة 50 % . مع العينات المحصول عليها بلغ 92 طالبا. وكان مقياس هذه الدراسة منقولاً من Gross and John (2003)، وهو مؤلف (ERQ the emotional regulation questionnaire / استبيان التنظيم العاطفي)، وتضمن هذه النظرية على 10 سؤال مع موثوقية $\alpha = 0.642$ لقياس مستوى التنظيم العاطفي. في حين، لقياس جودة التعلق باستخدام النسخة المنقحة على نطاق *IPPA Revised Version* (Armsden&Greenberg, 2009) والتي قد نقل عنها سعدية (2014). ومستوى موثوقية التعلق للمراهقين إلى الأم (10) المعروفة $\alpha = 0.826$ والتعلق للمراهقين إلى نطاق الأب، (12) المعروفة $\alpha = 0.824$ ، وتعلق المراهقين إلى نطاق أقرانه (11) المعروف $\alpha = 0.820$. وتقنية التحليل المستخدمة هي متعددة تحليل الانحدار الخطي *multiple linear regression analysis* . وبناء على نتائج الدراسة وجدت قيمة ساحة R من 0.124 ، وهذا الأمر يعني، إذا كان المتغير جودة التعلق يرتبط بالمتغير التابع (التنظيم العاطفي) فيحصل على وجود علاقة أو التأثير بالنسبة 12.4% وقيمة $\rho = 4.148$ F و أهمية 0.008.

وأظهرت نتائج البحث كلما كانت جودة تعلق المراهقين إلى الأب أعلى، فكلما كان تنظيم العاطفة عاليا .في حين، كلما كانت جودة تعلق المراهقين للأم والأقران أعلى، فكلما كان تنظيم العاطفة منخفضا. وبالتالي، فمن الضروري للمراهقين أن يحسن جودة تعلق إلى الأم، والأب، والأقران من أجل تحسين قدرة التنظيم العاطفة.