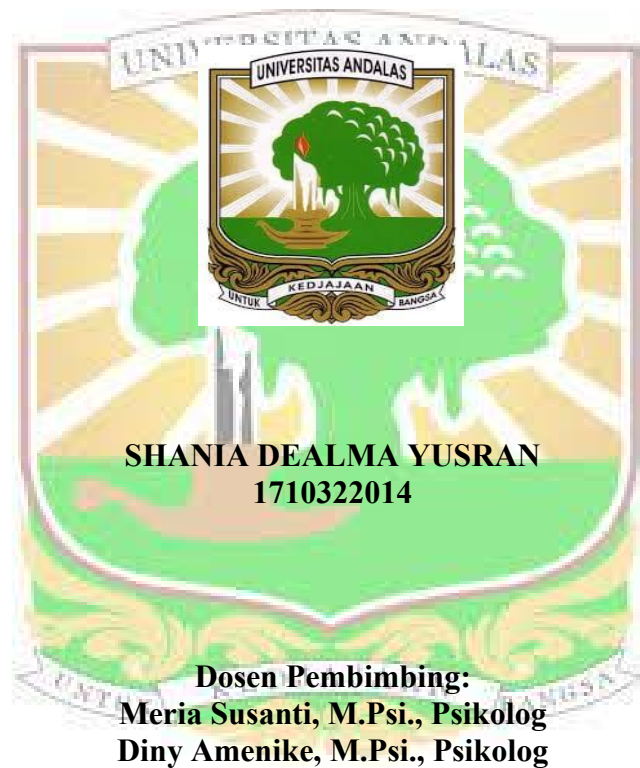


**PENGARUH *MINDFUL PARENTING* TERHADAP KESULITAN
REGULASI EMOSI REMAJA**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2022**

**THE INFLUENCE OF MINDFUL PARENTING TOWARD EMOTION
DYSREGULATION AT ADOLESCENCE**

**Shania Dealma Yusran¹⁾
Meria Susanti²⁾, Diny Amenike²⁾**

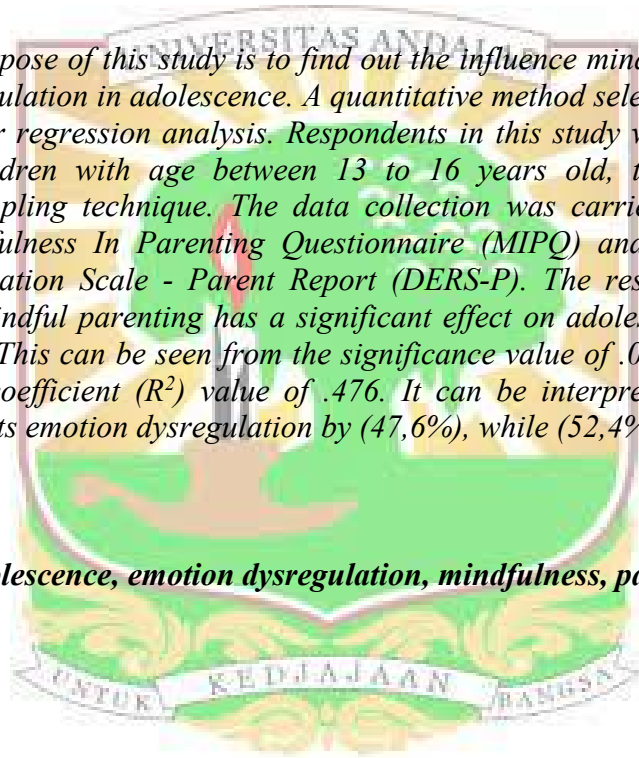
¹⁾*Student of Psychology Department, Medical Faculty, Andalas University*

²⁾*Lecturer of Psychology Department, Medical Faculty, Andalas University*
shandealma2nd@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of this study is to find out the influence mindful parenting on emotion dysregulation in adolescence. A quantitative method selected in this study is simple linear regression analysis. Respondents in this study were 222 parents who have children with age between 13 to 16 years old, that obtained by accidental sampling technique. The data collection was carried out using the adapted Mindfulness In Parenting Questionnaire (MIPQ) and the Difficulties Emotion Regulation Scale - Parent Report (DERS-P). The result of this study showed that mindful parenting has a significant effect on adolescence's emotion dysregulation. This can be seen from the significance value of .000 ($p < .05$) and the R-square coefficient (R^2) value of .476. It can be interpreted that mindful parenting affects emotion dysregulation by (47,6%), while (52,4%) was influenced by others.

Keywords: *Adolescence, emotion dysregulation, mindfulness, parenting.*



Pengaruh *Mindful Parenting* terhadap Kesulitan Regulasi Emosi Remaja

Shania Dealma Yusran¹⁾

Meria Susanti²⁾, Diny Amenike²⁾

¹⁾Mahasiswa Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

²⁾Dosen Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

shandealma2nd@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *mindful parenting* terhadap kesulitan regulasi emosi remaja. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif berupa analisis regresi linear sederhana. Responden dalam penelitian ini berjumlah 222 orangtua yang mempunyai anak usia 13 hingga 16 tahun, dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan adaptasi alat ukur *Mindfulness In Parenting Questionnaire* (MIPQ) dan adaptasi alat ukur *Difficulties Emotion Regulation Scale - Parent Report* (DERS-P). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *mindful parenting* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesulitan regulasi emosi remaja. Hal ini terlihat dari nilai signifikansi sebesar yakni sebesar .000 ($p < .05$) dan nilai koefisien *R-square* (R^2) sebesar .476. Hal ini dapat diartikan bahwa *mindful parenting* memengaruhi kesulitan regulasi emosi remaja sebesar (47,6%), sementara (52,4%) lainnya dipengaruhi oleh hal lain.

Kata Kunci: Kesulitan regulasi emosi, *mindfulness*, pengasuhan, remaja