

Pengaruh Dukungan Edukatif Ibu Dalam Pembelajaran Terhadap Pengelolaan Emosi Akademik Mahasiswa

Oktyani Devi Atikha^{1*}, Asih Kuswardinah²
Universitas Negeri Semarang

Korespondensi: oktyanidevi@gmail.com

Abstract : This study was conducted to examine the influence of maternal educational support on students' academic emotional regulation, with the aim of determining the extent of this influence. The study employed a quantitative method using a survey technique involving 101 students as research subjects. Data were collected via a questionnaire measuring maternal educational support and students' academic emotional regulation. Data analysis was conducted using simple linear regression with the aid of SPSS software. The findings of this study reveal that a mother's educational support has a significant effect on students' academic emotional regulation ($p < 0.001$). The coefficient of determination ($R = 0.194$) indicates that mothers' educational support contributes 19.4% to students' ability to manage academic emotions. These findings suggest that the higher the level of educational support provided by mothers, the better students' ability to regulate emotions related to academic activities.

Keyword : maternal educational support; student emotion management; parental support; university students; emotional well-being

Abstrak : Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji pengaruh dukungan edukatif ibu terhadap pengelolaan emosi akademik mahasiswa, yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dukungan edukatif ibu. Penelitian dilakukan dengan metode kuantitatif menggunakan teknik survei yang mengikutsertakan 101 mahasiswa sebagai subjek penelitian. Data dihasilkan melalui kuesioner yang mengukur dukungan edukatif ibu serta pengelolaan emosi akademik mahasiswa. Analisis hasil data disimpulkan menggunakan regresi linear sederhana dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa dukungan edukatif ibu berpengaruh signifikan terhadap pengelolaan emosi akademik mahasiswa ($p < 0,001$). Nilai koefisien determinasi ($R^2 = 0,194$) menunjukkan bahwa dukungan edukatif ibu memberikan kontribusi sebesar 19,4% terhadap kemampuan mahasiswa dalam mengelola emosi akademik. Pada temuan ini, menghasilkan bahwa semakin tinggi dukungan edukatif yang ditunjukkan dari ibu, semakin baik pula kemampuan mahasiswa dalam mengatur emosi yang berhubungan dengan aktivitas akademik.

Kata Kunci : dukungan edukatif ibu; pengelolaan emosi mahasiswa; dukungan orang tua; mahasiswa; kesejahteraan emosional

How To Cite : .(2026). *Pengaruh Dukungan Edukatif Ibu Dalam Pembelajaran Terhadap Pengelolaan Emosi Akademik Mahasiswa* . *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 9 (1), 57-70.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2025 by author

PENDAHULUAN

Pendidikan emosional merupakan salah satu bagian penting dari perkembangan psikologis mahasiswa. Masa mahasiswa masuk dalam fase transisi penting dalam perkembangan individu yang ditandai dengan meningkatnya emosional, tuntutan akademik, dan sosial. Mahasiswa dituntut untuk mampu mengatur emosi, mengelola tekanan serta mengambil keputusan secara mandiri. Ketidakmampuan dalam mengelola emosi dapat berdampak pada munculnya stres akademik, konflik interpersonal, hingga penurunan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, pengelolaan emosi akan menjadi kemampuan yang sangat penting dimiliki oleh mahasiswa dalam menghadapi dinamika kehidupan perkuliahan. Tekanan akademik yang tinggi, tuntutan kemandirian, serta dinamika relasi sosial seringkali memicu ketegangan emosional. Ketidakmampuan dalam mengelola emosi dapat berdampak pada stres akademik dan penurunan kesejahteraan psikologis mahasiswa (Meganingtyas & Mufitasari, 2022)

Pengelolaan Emosi merupakan proses individu dalam memantau, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosional agar sesuai dengan tuntutan situasi (Gross, 1998 dalam Meganingtyas & Mufitasari, 2022). Dalam konteks akademik, pengelolaan emosi berperan dalam membantu mahasiswa mengelola tekanan, kecemasan, dan frustrasi selama proses pembelajaran. Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa mahasiswa dengan kemampuan pengelolaan emosi yang baik cenderung akan memiliki penyesuaian akademik yang lebih positif, tingkat stres yang lebih rendah,

serta kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Sebaliknya, dari pengelolaan emosi yang rendah sering dikaitkan dengan kelelahan akademik, penurunan performa belajar, dan kecemasan berlebihan. Oleh karena itu, pengelolaan emosi akademik menjadi bahan psikologis yang penting untuk dikaji dalam konteks pendidikan tinggi. Dalam konteks perkembangan mahasiswa, kemampuan pengelolaan emosi akademik tidak terbentuk secara mandiri, melainkan dipengaruhi oleh lingkungan terdekat, salah satunya keluarga. Pada tahap ini mahasiswa memerlukan dukungan yang lebih dari keluarga. Sebab, keluarga merupakan support system yang sangat baik dan diperlukan oleh setiap manusia. Fokus pada ibu tidak dimaksudkan untuk mengesampingkan peran ayah, melainkan menekankan peran ibu sebagai figur yang secara emosional dan edukatif memiliki intensitas keterlibatan paling dekat dengan mahasiswa.

Keterlibatan orang tua dalam pendidikan merupakan bentuk partisipasi orang tua yang berkontribusi terhadap perkembangan akademik anak, termasuk dalam bentuk sosialisasi akademik, yaitu dukungan berupa harapan, arahan, dan nilai-nilai pendidikan yang diberikan kepada anak (Hill & Tyson, 2009). Dalam konteks mahasiswa, keterlibatan tersebut dapat diwujudkan melalui dukungan edukatif ibu dalam proses belajar. Dalam konteks pendidikan tinggi, ibu tetap berperan memberikan dorongan emosional dan arahan akademik kepada mahasiswa untuk membantu mereka menghadapi tuntutan perkuliahan. Konsep dukungan ini juga sejalan dengan teori dukungan sosial (James, 1981) yang menyatakan bahwa dukungan sosial mencakup dukungan emosional, informasional, dan instrumental.

Dukungan Edukatif Ibu Berdasarkan Jenjang Pendidikan

Pendidikan ibu menjadi salah satu faktor yang memengaruhi cara ibu memberikan dukungan edukatif kepada anak. Tingkat pendidikan berhubungan dengan pemahaman orang tua terhadap kebutuhan akademik anak, cara memberikan arahan belajar, serta bentuk keterlibatan dalam proses pendidikan. Perbedaan jenjang pendidikan tersebut berimplikasi pada variasi perilaku dukungan yang diberikan oleh ibu dalam mendampingi anak menghadapi tuntutan akademik (Puspitawati et al., 2018); (Herawati et al., 2020)

Secara konseptual, perbedaan dukungan edukatif ibu berdasarkan jenjang pendidikan dapat dijelaskan sebagai berikut.

1. Ibu dengan pendidikan dasar. Ibu dengan tingkat pendidikan rendah cenderung memberikan dukungan edukatif dalam bentuk perhatian dasar dan pemenuhan kebutuhan sehari-hari anak. Keterlibatan dalam aspek akademik biasanya lebih terbatas pada pemberian dorongan moral, seperti mengingatkan untuk belajar atau memberi nasihat agar anak tetap bersekolah. Keterbatasan pemahaman terhadap sistem pendidikan dan tuntutan akademik sering kali membuat ibu kurang terlibat dalam pendampingan belajar secara langsung (Puspitawati et al., 2018).
2. Ibu dengan pendidikan menengah. Ibu dengan latar belakang pendidikan menengah umumnya menunjukkan keterlibatan yang lebih aktif dalam pendidikan anak. Dukungan edukatif yang diberikan tidak hanya berupa perhatian emosional, tetapi juga mulai mencakup pengawasan belajar, pemberian arahan terkait tugas akademik, serta komunikasi yang lebih intens mengenai kegiatan sekolah atau perkuliahan. Pada jenjang ini, ibu cenderung memiliki pemahaman yang cukup terhadap tuntutan akademik anak, meskipun belum selalu mampu memberikan pendampingan yang mendalam (Puspitawati et al., 2018)
3. Ibu dengan pendidikan tinggi. Ibu dengan tingkat pendidikan tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih komprehensif mengenai proses pendidikan dan kebutuhan akademik anak. Dukungan edukatif yang diberikan bersifat lebih terstruktur, seperti membantu anak merencanakan kegiatan belajar, memberikan arahan strategis dalam menghadapi tuntutan akademik, serta mendorong kemandirian dan pengelolaan emosi dalam proses belajar. Ibu pada jenjang pendidikan ini juga lebih terbuka terhadap diskusi akademik dan cenderung memberikan dukungan yang bersifat reflektif dan suportif (Puspitawati et al., 2018); (Herawati et al., 2020)

Hubungan Dukungan Edukatif Ibu dan Regulasi Emosi Akademik

Dukungan edukatif ibu yang diterima mahasiswa memiliki peran dalam membentuk strategi regulasi emosi yang adaptif. Penggunaan strategi regulasi emosi yang lebih positif, seperti penafsiran ulang terhadap situasi akademik, serta menurunkan penggunaan strategi yang kurang adaptif. Regulasi emosi yang adaptif membantu pada pengelolaan tekanan akademik serta emosi negatif yang muncul selama proses perkuliahan. (Song et al., 2024) menjelaskan bahwa dukungan orang tua, khususnya dalam bentuk dukungan otonomi dan

akademik, berperan dalam meningkatkan kemampuan regulasi diri mahasiswa. Regulasi diri meliputi beberapa kemampuan mengatur emosi, perilaku serta strategi belajar dalam mengelola tuntutan akademik.

Mahasiswa yang mendapatkan perilaku dukungan orang tua cenderung memiliki keterlibatan akademik yang lebih baik melalui peningkatan kemampuan regulasi diri. Berdasarkan pada hal tersebut menunjukkan bahwa peran dukungan seorang ibu tidak berhenti berpengaruh pada masa remaja saja, tetapi memiliki peran pada mahasiswa dalam menghadapi pengelolaan proses belajar dan emosi. Oleh karena itu, dukungan edukatif ibu dikaitkan sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi mahasiswa dalam hal akademik. Dukungan edukatif ibu yang dialami mahasiswa berpotensi mempengaruhi kemampuan dalam regulasi emosi pada konteks akademik. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa dukungan orang tua berhubungan dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja dan mahasiswa (Meganingtyas & Mufitasari, 2022);(Prijatna & Sanjaya, 2021). Dukungan edukatif yang diberikan secara konsisten dapat membantu individu mengembangkan strategi pengelolaan emosi yang lebih adaptif dalam menghadapi tekanan akademik. Melalui interaksi yang suportif, mahasiswa dapat mempertahankan motivasi belajar, serta belajar memahami emosi, bahkan merespons kegagalan secara konstruktif.

Peran Ayah dalam Konteks Dukungan Edukatif Ibu

Dalam penelitian ini, peran ayah diposisikan sebagai faktor kontekstual yang mempengaruhi dinamika dukungan edukatif ibu, sehingga pemahaman terhadap peran ayah menjadi penting untuk memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai dukungan keluarga terhadap regulasi emosi mahasiswa. Selain ibu, ayah memiliki peran penting dalam membentuk iklim keluarga yang mendukung perkembangan akademik dan emosional anak. Keterlibatan ayah dalam keluarga tidak hanya berdampak langsung pada anak, tetapi juga mempengaruhi cara ibu menjalankan peran pengasuhan dan memberikan dukungan edukatif. Kehadiran ayah yang suportif dapat menciptakan lingkungan keluarga yang stabil, sehingga ibu memiliki ruang yang lebih optimal untuk terlibat dalam pendampingan pendidikan anak (Sri & Nafila, 2022). Dalam konteks keluarga Indonesia, ayah sering berperan sebagai pengambil keputusan utama, termasuk dalam hal pendidikan anak. Tingkat pendidikan ayah berpengaruh terhadap nilai-nilai pendidikan yang dianut keluarga serta dukungan instrumental yang diberikan, seperti penyediaan fasilitas belajar dan dorongan terhadap pencapaian akademik. Dukungan tersebut secara tidak langsung memperkuat peran ibu dalam memberikan dukungan edukatif dan emosional kepada anak (Riany et al., 2017). Lebih lanjut, keterlibatan ayah juga berkontribusi terhadap pembentukan regulasi emosi anak melalui pola interaksi dan komunikasi dalam keluarga. Lingkungan keluarga yang ditandai dengan keterlibatan kedua orang tua cenderung membantu anak mengembangkan kemampuan mengelola emosi secara adaptif ketika menghadapi tekanan akademik.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya masih mengkaji peran orang tua secara umum tanpa memisahkan kontribusi spesifik antara ayah dan ibu. Selain itu, fokus penelitian lebih banyak diarahkan pada anak dan remaja, sementara kajian yang mengarah pada peran dukungan edukatif ibu dalam konteks mahasiswa masih cukup terbatas. Adanya celah penelitian yang ditunjukkan pada kondisi ini, maka perlu dilakukannya

kajian lebih lanjut. Dengan demikian, dapat diasumsikan bahwa dukungan edukatif ibu memiliki pengaruh terhadap regulasi emosi akademik mahasiswa. Penelitian ini nanti diharapkan membawa hasil yang dapat memberikan kontribusi teoritis dalam kajian pendidikan kesejahteraan keluarga serta menjadi dasar pertimbangan praktis bagi keluarga, khususnya ibu, dalam mendukung perkembangan emosional mahasiswa secara optimal.

Berdasarkan penelusuran terhadap penelitian terdahulu, diharapkan pada penelitian ini, dapat memberikan gambaran mengenai pengaruh dukungan edukatif ibu terhadap regulasi emosi akademik mahasiswa rumpun PKK angkatan 2022–2024, sekaligus mengisi celah penelitian yang belum banyak dibahas pada studi sebelumnya. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dukungan edukatif ibu terhadap pengelolaan emosi akademik mahasiswa Program Studi PKK angkatan 2022–2024. Penelitian ini juga mempertimbangkan latar belakang pendidikan orang tua serta peran ayah sebagai faktor kontekstual dalam dinamika dukungan keluarga.

METODE

Metode pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, pada mahasiswa Program Studi PKK angkatan 2022–2024, dengan melibatkan dua variabel utama, yaitu dukungan edukatif ibu sebagai variabel bebas dan pengelolaan emosi akademik mahasiswa sebagai variabel terikat. Dalam penelitian ini, peran ayah dan tingkat pendidikan orang tua dipertimbangkan sebagai faktor kontekstual yang mempengaruhi dinamika dukungan keluarga, namun tidak diposisikan sebagai variabel utama penelitian.

Dukungan edukatif ibu dioperasionalkan ke dalam tiga indikator, yaitu arahan belajar, motivasi belajar, dan perhatian terhadap pendidikan. Indikator ini disusun dengan merujuk pada konsep sosialisasi akademik yang dikemukakan oleh (Hill & Tyson, 2009). Pengelolaan emosi akademik dalam penelitian ini dioperasionalkan ke dalam tiga indikator, yaitu kemampuan mengenali emosi, kemampuan mengendalikan emosi, dan kemampuan menenangkan diri. Indikator tersebut diadaptasi dari penelitian (Meganingtyas & Mufitasari, 2022) yang merujuk pada teori regulasi emosi Gross.

Teknik survei yang dimanfaatkan pada penelitian ini memakai kuesioner jawaban dengan skala Likert 1–5, yang semuanya berisi pernyataan positif. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada Career-Related Parent Support Scale (CRPSS) yang dikembangkan oleh (Turner et al., 2003) dan telah diadaptasi oleh (Pratiwi & Kumalasari, 2021) untuk menggambarkan bentuk dukungan orang tua (ibu) dalam konteks pendidikan. Penyesuaian item dilakukan agar sesuai dengan karakteristik responden dan konteks akademik mahasiswa, tanpa mengubah substansi konstruk yang diukur. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terlebih dahulu diuji kelayakannya melalui uji validitas dan uji reliabilitas.

Dalam penelitian ini olah data dilakukan dengan menggunakan bantuan perangkat lunak seperti Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Melalui aplikasi ini, berbagai jenis analisis statistik dapat dilakukan, seperti uji validitas, uji reliabilitas, analisis regresi untuk mengetahui pengaruh dukungan edukatif ibu terhadap pengelolaan emosi mahasiswa. Selain itu, penggunaan SPSS juga mempermudah peneliti dalam menyajikan hasil analisis data dalam bentuk tabel sehingga hasil penelitian dapat lebih mudah dipahami dan



diinterpretasikan (Farida Nugrahani & Ali Imron, 2023). Suatu item pernyataan dinyatakan valid apabila nilai signifikansi (Sig.) $< 0,05$ dan nilai koefisien korelasi (r hitung) lebih besar dari r tabel. Selanjutnya, uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik Cronbach's Alpha. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha $> 0,70$.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Angkatan	2022	19	18,8
	2023	41	40,6
	2024	41	40,6
Jenis Kelamin	Perempuan	95	94,1
	Laki-laki	6	5,9
Pendidikan Ibu	Sekolah Dasar (SD)	14	13,9
	Sekolah Menengah (SMP/SMA)	38	37,6
	Perguruan Tinggi	49	48,5
Pendidikan Ayah	Sekolah Dasar (SD)	7	6,9
	Sekolah Menengah (SMP/SMA)	47	46,5
	Perguruan Tinggi	47	46,5

Penelitian ini melibatkan 101 mahasiswa sebagai responden yang diperoleh melalui penyebaran kuesioner penelitian. Responden dalam penelitian ini berasal dari mahasiswa aktif prodi pkk angkatan 2022, 2023, dan 2024 yang bersedia mengisi instrumen penelitian mengenai dukungan edukatif ibu dan pengelolaan emosi akademik mahasiswa. Karakteristik responden dalam penelitian ini mencakup beberapa aspek, berdasarkan angkatan, responden didominasi oleh mahasiswa angkatan 2023 dan 2024 dengan persentase masing-masing sebesar 40,6%, sedangkan angkatan 2022 sebanyak 18,8%. Ditinjau berdasarkan dari jenis kelamin, mayoritas responden perempuan yaitu sebanyak 94,1%, sedangkan peserta laki-laki hanya sebesar 5,9%. Hal ini menunjukkan bahwa partisipan penelitian lebih banyak berasal dari mahasiswa perempuan. Sedangkan, tinjauan dari jenjang pendidikan ibu, sebagian besar ibu dari beberapa responden memiliki pendidikan perguruan tinggi yaitu sebesar 48,5%, diikuti pendidikan menengah sebesar 37,6%, dan pendidikan dasar sebesar 13,9%. Sementara itu, pada jenjang pendidikan ayah, responden dengan ayah berpendidikan menengah dan perguruan tinggi memiliki persentase yang sama yaitu masing-masing sebesar 46,5%, sedangkan pendidikan dasar sebesar 6,9%. Berdasarkan data yang diperoleh, responden dalam penelitian ini memiliki latar belakang keluarga yang beragam, khususnya dalam hal tingkat pendidikan orang tua. Tingkat pendidikan orang tua yang berbeda dapat mempengaruhi pola pengasuhan, pola komunikasi, serta dukungan yang diberikan kepada anak dalam proses pendidikan. Kondisi tersebut memungkinkan

adanya variasi dalam dukungan edukatif yang diterima mahasiswa dari orang tua, terkhususnya ibu sebagai figur yang seringkali memiliki kedekatan emosional yang lebih intens dengan anak.

Latar belakang pendidikan orang tua juga seringkali berkaitan dengan cara orang tua memberikan dukungan terhadap kegiatan belajar anak. Orang tua dengan tingkat pendidikan tertentu dapat memiliki pemahaman yang berbeda mengenai pentingnya dukungan akademik maupun emosional bagi anak. Hal ini dapat mempengaruhi bagaimana anak mengembangkan kemampuan dalam menghadapi tekanan akademik serta dalam mengelola emosi yang muncul selama proses belajar di perguruan tinggi.

Uji Validitas Instrumen

Instrumen penelitian dalam uji validitas instrumen ini berupa kuesioner yang memuat beberapa pernyataan yang disusun berdasarkan enam indikator penelitian. Indikator tersebut terdiri atas tiga indikator yang merepresentasikan variabel dukungan edukatif ibu serta tiga indikator yang menggambarkan pengelolaan emosi akademik mahasiswa.

Uji instrumen digunakan untuk mengukur variabel penelitian secara tepat, agar dapat mengetahui seberapa layak instrumen yang akan digunakan. Setiap butir pada instrumen pernyataan pada kuesioner dapat dinyatakan valid apabila pernyataan mampu mempresentasikan konsep yang akan diukur. Pengujian validitas pada penelitian ini dilakukan dengan melihat nilai pengaruh antara skor dari setiap item dengan skor total. Apabila hasil nilai r hitung lebih besar dibandingkan dengan nilai r tabel, maka suatu item tersebut dinyatakan valid. Dengan demikian, item tersebut dinilai layak digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian (Dewi et al., 2021). Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh hasil poin dari pernyataan instrumen penelitian mampu secara tepat mengukur variabel yang diteliti. Instrumen yang memenuhi kriteria validitas akan menghasilkan data yang lebih akurat sehingga hasil penelitian dapat memberikan petunjuk kondisi yang sebenarnya pada responden.

Uji Reliability Instrumen

Penelitian ini tidak hanya menggunakan uji validitas saja, tetapi menggunakan uji reliabilitas untuk mengetahui konsistensi instrumen penelitian. Pengujian ini dilakukan untuk memastikan instrumen yang digunakan akan memberikan hasil yang konsisten apabila digunakan pada kondisi yang serupa.

Dalam penelitian ini menggunakan metode Cronbach's Alpha yang diolah melalui program SPSS. Instrumen penelitian dinyatakan reliabel apabila nilai dari Cronbach's Alpha $>0,60$. Hasil dari uji reabilitas yang telah dilakukan, uji ini memiliki nilai Cronbach's Alpha pada instrumen penelitian berada di atas melebihi dari batas minimum yang telah ditentukan sehingga instrumen yang digunakan dapat dinyatakan reliabel.

Tabel 2. Reliability Statistics

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.959	42

Hasil dari pengujian tersebut memiliki tingkat konsistensi yang baik, sehingga instrumen tersebut dapat dipercaya untuk mengukur variabel penelitian. Dengan demikian, data yang diperoleh dari responden dapat digunakan sebagai dasar dalam proses analisis lebih lanjut.

Analisis Regresi Linear Sederhana.

Dalam penelitian kuantitatif, metode regresi linear sederhana sering digunakan untuk menguji hipotesis penelitian serta mengetahui besarnya pengaruh suatu variabel terhadap variabel lainnya. Proses analisis pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan perangkat lunak statistik SPSS untuk memperoleh hasil perhitungan yang lebih akurat (Yuniar et al., 2024).

Tabel 3. Variables

Variables Entered/Removed^a			
Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	V dukungan edukatif ^b	.	Enter

- a. Dependent Variable: V pengelolaan emosi
- b. All requested variables entered.

Tabel 4. Model Summary

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.441 ^a	.194	.186	9.693

a. Predictors: (Constant), V dukungan edukatif

Tabel 5. Anova

ANOVA^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2241.970	1	2241.970	23.863	0.001 ^b
	Residual	9301.040	99	93.950		
	Total	11543.010	100			

a. Dependent Variable: V pengelolaan emosi

b. Predictors: (Constant), V dukungan edukatif

Tabel 6. Coefficients

Coefficients^a					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	
		B	Std. Error	Beta	t
1	(Constant)	62.278	5.535		11.253
	total dukungan ibu	.329	.067	.441	4.885

a. Dependent Variable: V pengelolaan emosi

Dalam penelitian ini, model yang digunakan dinilai layak serta memiliki signifikansi dalam

menjelaskan pengaruh dukungan edukatif ibu terhadap pengelolaan emosi akademik mahasiswa. Berdasarkan hasil uji koefisien regresi, diperoleh nilai konstanta sebesar 62.278 serta koefisien regresi untuk variabel dukungan edukatif ibu sebesar 0.329 dengan nilai signifikansi sebesar 0.001. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0.05 menunjukkan bahwa dukungan edukatif ibu memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengelolaan emosi akademik mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan edukatif yang diberikan oleh ibu, maka semakin baik pula kemampuan mahasiswa dalam mengelola emosi yang berkaitan dengan aktivitas akademiknya. Persamaan regresi yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$Y = 62.278 + 0.329X$$

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada dukungan edukatif ibu akan diikuti oleh peningkatan kemampuan pengelolaan emosi akademik mahasiswa sebesar 0.329 poin.

PEMBAHASAN

Penelitian ini berhasil memperlihatkan bahwa hasil dari dukungan edukatif ibu memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengelolaan emosi akademik mahasiswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa peran ibu dalam memberikan dukungan terhadap kegiatan belajar anak tetap memiliki arti penting, meskipun anak telah menempuh pendidikan di tingkat perguruan tinggi. Dukungan tersebut dapat diwujudkan melalui perhatian terhadap aktivitas akademik anak, pemberian dorongan atau motivasi untuk belajar, serta keterlibatan dalam membantu anak ketika menghadapi berbagai kesulitan dalam proses belajar. Mahasiswa yang memperoleh dukungan dari orang tua, khususnya ibu, cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi berbagai tekanan akademik, seperti tuntutan tugas kuliah, ujian, maupun target pencapaian prestasi. Dukungan tersebut juga dapat membantu mahasiswa dalam mengelola berbagai emosi negatif yang sering muncul selama proses pembelajaran, seperti kecemasan, stres, maupun perasaan frustrasi. Kehadiran dukungan emosional dan akademik dari ibu dapat membuat mahasiswa merasa lebih percaya diri serta lebih siap dalam menghadapi berbagai tantangan akademik yang mereka alami.

Temuan penelitian ini konsisten dengan hasil penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa dukungan keluarga berperan dalam membantu mahasiswa mengembangkan kemampuan regulasi emosi. Penelitian sebelumnya memiliki hasil bahwa mahasiswa yang menerima dukungan sosial dari keluarga cenderung mengalami tingkat stress akademik yang lebih rendah serta mampu menghadapi tekanan akademik secara lebih efektif. Dukungan dari keluarga juga dapat memberikan rasa aman secara emosional sehingga mahasiswa tidak merasa menghadapi kesulitan akademik secara sendirian. Selain itu, penelitian lain mengungkapkan bahwa keterlibatan orang tua dalam proses pendidikan anak dapat berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis individu serta membantu dalam mengembangkan kemampuan pengelolaan emosi yang lebih adaptif. Hal tersebut menunjukkan bahwa dukungan orang tua tidak hanya berperan dalam mendukung pencapaian akademik, tetapi juga memiliki kontribusi penting dalam perkembangan emosional individu selama menjalani proses pendidikan (Lubis et al., 2025).

Secara teoritis, dukungan edukatif ibu dapat dijelaskan melalui konsep dukungan sosial

yang menyatakan bahwa individu yang mendapatkan dukungan dari lingkungan terdekat akan memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan. Dukungan yang diberikan oleh ibu dapat menciptakan rasa aman dan kenyamanan emosional bagi anak, sehingga anak merasa lebih percaya diri dalam menghadapi berbagai tantangan akademik. Ibu yang aktif terlibat dalam pendidikan anak biasanya memberikan arahan, motivasi, serta dukungan emosional yang membantu anak dalam mengembangkan sikap positif terhadap kegiatan belajar. Dukungan tersebut dapat membentuk pola regulasi emosi yang lebih adaptif karena anak belajar bagaimana menghadapi masalah dan tekanan dengan cara yang lebih konstruktif. Hubungan emosional yang kuat antara ibu dan anak juga dapat menjadi sumber dukungan psikologis yang membantu mahasiswa mengelola emosi secara lebih baik.

Temuan studi ini juga membuktikan dukungan edukatif ibu memberikan kontribusi sebesar 19,4% terhadap pengelolaan emosi akademik mahasiswa. Nilai kontribusi tersebut menunjukkan bahwa dukungan ibu memiliki peran dalam membantu mahasiswa mengelola emosi yang muncul selama proses pembelajaran. Meskipun demikian, kontribusi tersebut juga menunjukkan bahwa pengelolaan emosi akademik mahasiswa tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan dari ibu. Pada tahap perkembangan dewasa awal, mahasiswa mulai mengembangkan kemandirian emosional sehingga berbagai pengalaman sosial dan akademik turut membentuk kemampuan regulasi emosi mereka. Oleh karena itu, meskipun dukungan ibu memiliki kontribusi yang signifikan, kemampuan pengelolaan emosi mahasiswa juga berkembang melalui berbagai pengalaman yang diperoleh selama proses pendidikan (Meganingtyas & Mufitasari, 2022).

Selain dukungan edukatif ibu, terdapat berbagai faktor lain yang dapat mempengaruhi kemampuan mahasiswa dalam mengelola emosi akademik. Faktor internal seperti kemampuan pengelolaan diri, tingkat kematangan emosional, serta kepercayaan diri dapat mempengaruhi bagaimana mahasiswa merespon tekanan akademik. Mahasiswa yang memiliki kemampuan pengelolaan diri yang baik cenderung mampu mengendalikan emosi negatif serta mempertahankan motivasi belajar meskipun menghadapi berbagai kesulitan akademik. Selain itu, faktor dari dukungan teman/sahabat, lingkungan akademik, serta hubungan dengan dosen juga dapat mempengaruhi kondisi emosional mahasiswa. Belajar dengan lingkungan yang kondusif serta memiliki sociality dengan orang sekitar yang positif dapat membantu mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dengan lebih adaptif. Dengan demikian, pengelolaan emosi akademik mahasiswa adalah bentuk hasil dari interaksi berbagai faktor yang saling mempengaruhi, baik dari lingkungan keluarga maupun dari pengalaman sosial dan akademik yang dialami mahasiswa (Pratiwi & Kumalasari, 2021)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi yang dilakukan, menunjukkan bahwa dukungan edukatif oleh ibu memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap kemampuan mahasiswa dalam mengelola emosi akademik. Hasil dari ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan yang ditunjukkan oleh ibu, seperti perhatian terhadap proses pendidikan, pemberian arahan belajar, serta motivasi kepada anak, maka semakin baik pula kemampuan mahasiswa dalam mengelola emosi yang berkaitan dengan aktivitas akademik. Namun demikian, kontribusi dukungan edukatif ibu terhadap pengelolaan emosi mahasiswa masih tergolong terbatas. Terdapat faktor lain yang juga berperan dalam mempengaruhi kemampuan mahasiswa dalam mengelola emosinya. Faktor tersebut dapat berasal dari berbagai sumber, seperti dukungan dari ayah, teman sebaya, maupun lingkungan sosial dan akademik yang dihadapi

mahasiswa. Dengan demikian, diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat mengkaji berbagai faktor lain yang memiliki potensi dari pengaruh pengelolaan emosi mahasiswa. Penelitian lanjutan juga disarankan untuk melibatkan jumlah responden yang lebih luas agar dapat memberikan hasil cakupan yang lebih detail mengenai berbagai faktor yang berkontribusi terhadap kemampuan mahasiswa dalam mengelola emosi akademik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih sekaligus apresiasi kepada Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Universitas Negeri Semarang, yang telah memberikan dukungan serta kesempatan kepada penulis dalam pelaksanaan penelitian ini. Tidak hanya itu, ucapan terima kasih disampaikan kepada seluruh mahasiswa PKK angkatan 2022-2024 sebagai responden yang bersedia menyempatkan sedikit waktu untuk membantu dalam pengisian kuesioner penelitian pada proses pengumpulan data. Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada beberapa pihak yang telah membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung, selama proses dan penyelesaian artikel ini.

PERNYATAAN KONTRIBUSI PENULIS

ODA berkontribusi dalam penyusunan konsep penelitian, perancangan instrumen penelitian, pengumpulan data, analisis data, serta penulisan dan penyusunan naskah artikel. AK berkontribusi dalam pemberian arahan akademik, supervisi penelitian, serta revisi dan penyempurnaan naskah artikel.

REFERENSI

- Dewi, F., Aprianti, Ana, V., & Angelia, A. (2021). Jurnal basicedu. *Jurnal Basicedu*, *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3(2), 524–532. <https://journal.uui.ac.id/ajie/article/view/971>
- Farida Nugrahani, & Ali Imron. (2023). Pelatihan Penggunaan Software “Spss” Dalam Membantu Mengolah Data Kuantitatif Pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Pengabdian Multidisiplin Indonesia (JUPEMI)*, 1(2), 39–42. <https://doi.org/10.69820/jupemi.v1i2.73>
- Herawati, T., Krisnatuti, D., Pujihastuty, R., & Latifah, E. W. (2020). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Pelaksanaan Fungsi Keluarga Di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 13(3), 213–227. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.3.213>
- Hill, N. E., & Tyson, D. F. (2009). *Hill and Tyson 2009_PI in middle school*. 45(3), 740–763. <https://doi.org/10.1037/a0015362.Parental>
- James, H. (1981). Work stress and social support. In A. A. McLean (Ed.), *Library of Congress Cataloging in Publication Data*. Addison-Wesley Company. <https://doi.org/10.17977/um065.v5.i3.2025.5>
- Lubis, N. S., Dewi, I. S., & Saragih, N. A. (2025). Hubungan Pola Asuh Demokratis Orang Tua dengan Regulasi Emosi Siswa Kelas X SMAN 1 Lubuk Pakam Tahun Ajaran 2024/2025. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 9(2), 309–317. <https://doi.org/10.30653/001.202592.510>

- Meganingtyas, Y., & Mufitasari, D. (2022). Regulasi Emosi dan Penyesuaian Mahasiswa Baru Saat Pandemi: Pentingkah Dukungan Emosional Orang Tua? *Gadiah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 8(2), 178. <https://doi.org/10.22146/gamajop.70630>
- Pratiwi, R. Z., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan Orang Tua dan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa The Parental Support and Academic Resilience among Undergraduate Students. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 1–10.
- Prijatna, K., & Sanjaya, E. L. (2021). Regulasi emosi remaja ditinjau dari kelekatan ayah, ibu, teman dan kepribadian (hardiness). *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 81–91.
- Puspitawati, H., Faulkner, P., Sarma, M. M., & Herawati, T. (2018). Gender relations and subjective family well-being among farmer families: a comparative study between uplands and lowlands areas in West Java Province, Indonesia. *Family Sciences*, 3(1), 53–72. <https://doi.org/10.72204/0pzxrn34>
- Riany, Y, E., Cuskelly, M, Meredith, & P. (2017). *Father involvement in Indonesia*. 44(3), 167–180.
- Song, L., Zhan, Q., Cao, L. S., & Luo, R. (2024). Parent autonomy support and undergraduates' academic engagement in online learning: the mediate role of self-regulation. *Psicologia: Reflexao e Critica*, 37(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s41155-024-00330-1>
- Sri, L., & Nafila, A. (2022). Peran Ayah Sebagai Orang Tua Tunggal Dalam Pengasuhan Anak. *Jurnal Sains Psikologi*, 9(1), 1–14.
- Turner, S. L, Alliman-Brissett, A, E., Lapan, R, T., S., U., & D, E. (2003). The Career-Related Parent Support Scale. *Career Assessment*.
- Yuniar, D. C., Febiyanti, H., Nugraha, M. E., Putra, B. W., & Pranata, A. D. (2024). Pelatihan Analisis Regresi Linear Sederhana Menggunakan Aplikasi IBM SPSS di Politeknik Penerbangan Palembang. *Jurnal ABDINUS : Jurnal Pengabdian Nusantara*, 8(3), 810–822. <https://doi.org/10.29407/ja.v8i3.23667>