

DINAMIKA INTERAKSI TEMAN SEBAYA BERDASARKAN KAPASITAS REGULASI EMOSI DI PANTI SOSIAL ANAK

A. Nurhidayah. M¹ Maya Maulida² Nopi Armadani³ Abdul Riski Saputra⁴ Rini Fitriani
Permatasari⁵

^{1/2/3/4/5}Universitas Islam Negeri Sultan Aji Muhammad Idris

Jl. H.A.M. Rifaddin, Harapan Baru, Kec. Loa Janan Ilir, Kota Samarinda, Kalimantan Timur
75251

e-mail: anurhidayahm03@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika interaksi teman sebaya berdasarkan kapasitas regulasi emosi pada anak dan remaja di UPTD Panti Sosial Perlindungan Anak Dharma Samarinda. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan melibatkan empat anak dan remaja serta dua pengasuh sebagai subjek penelitian. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kapasitas regulasi emosi memengaruhi cara anak dan remaja berinteraksi dengan teman sebaya. Sebagian subjek cenderung memendam emosi dan menghindari konflik, sedangkan yang lain mengekspresikan emosi secara terbuka. Konflik umumnya dipicu oleh perbedaan karakter, pelanggaran ruang pribadi, dan bullying verbal. Meskipun demikian, hubungan pertemanan yang positif tetap menjadi sumber dukungan sosial dan emosional bagi anak dan remaja di panti sosial. Temuan ini menunjukkan pentingnya pengembangan regulasi emosi untuk mendukung interaksi sosial yang sehat di lingkungan panti sosial.

Kata Kunci: Regulasi emosi, interaksi teman sebaya, panti sosial, anak, remaja

ABSTRACT

This study aims to examine the dynamics of peer interaction based on the emotional regulation capacity of children and adolescents living at Dharma Child Protection Social Institution in Samarinda. This research employed a descriptive qualitative approach involving four children and adolescents and two caregivers. Data were collected through interviews, observations, and documentation and analyzed using the Miles and Huberman model. The findings indicate that emotional regulation capacity influences how children and adolescents interact with their peers. Some participants tended to suppress emotions and avoid conflict, while others expressed emotions openly. Conflicts generally arose from differences in personality, violations of personal boundaries, and verbal bullying. Nevertheless, positive peer relationships remained an important source of social and emotional support. These findings highlight the importance of developing emotional regulation skills to promote healthy social interactions within social care institutions.

Keywords: emotional regulation, peer interaction, social institution, children and adolescents

PENDAHULUAN

Perkembangan sosial emosional pada masa anak dan remaja memiliki peran krusial dalam membangun kemampuan sosial, di mana mereka mempelajari cara



penyesuaian diri dengan lingkungan sekitar, berkomunikasi, memahami emosi, dan membentuk hubungan interpersonal (Zulfah dan Wardhani 2023). Kemampuan sosial pada anak dan remaja yang tinggal dalam lembaga pengasuhan seperti panti sosial berkembang seiring pengalaman interaksi sosial dengan teman sebaya. Kemampuan sosial emosional anak dan remaja di panti sosial dapat dikatakan berkembang apabila mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya, menjalin hubungan yang baik dengan teman sebaya maupun pengasuh, serta mampu mengontrol emosinya dengan baik melalui bimbingan dan pengawasan pengasuh. Dengan perkembangan sosial emosional yang baik, anak dan remaja akan lebih mudah beradaptasi, memiliki rasa percaya diri, dan mampu menghadapi berbagai situasi dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam kehidupan sosial, individu yang mampu meregulasi emosinya dengan baik biasanya dapat membangun hubungan interpersonal yang positif, memahami perasaan orang lain, serta mampu berkomunikasi dengan lebih efektif. Kemampuan ini tidak hanya berkaitan dengan bagaimana seseorang menahan atau meluapkan emosi, tetapi juga mencakup kemampuan mengontrol diri dalam berbagai kondisi, baik saat menghadapi tekanan, konflik, maupun situasi yang menimbulkan frustrasi. Individu yang memiliki regulasi emosi yang baik cenderung mampu menjaga kestabilan emosinya sehingga dapat berpikir dan bertindak secara lebih bijaksana (Emosi et al. n.d.). Kemampuan ini juga ditunjukkan melalui sikap toleransi terhadap frustrasi, kemampuan beradaptasi terhadap perubahan lingkungan, serta memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri maupun orang lain. Dengan adanya regulasi emosi yang baik, individu akan lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan dan mampu menghadapi berbagai permasalahan kehidupan secara lebih tenang dan terarah (Studi and Pendidikan 2023).

Interaksi teman sebaya merupakan hubungan timbal balik yang terjadi antar individu yang memiliki tingkat perkembangan atau sosial yang sama dan saling memengaruhi (Wulandari and Mesra 2026). Interaksi teman sebaya berperan secara fundamental dalam perkembangan anak yang tumbuh di lingkungan panti sosial, terutama dalam pembentukan identitas sosial, pengembangan empati, kemampuan sosial emosional, dan pemahaman akan norma. Anak dan remaja yang tinggal di panti sosial umumnya memiliki latar belakang keterbatasan dalam mendapat perhatian figur pengasuh utama sehingga memerlukan interaksi teman sebaya sebagai sumber dukungan utama. Hubungan yang positif pada anak atau remaja dengan lingkungan teman sebaya berpengaruh baik terhadap kemampuan sosial emosional. Anak dan remaja yang memiliki kemampuan sosial yang baik mampu memahami dan menyesuaikan diri dengan lingkungan panti sosial serta menyelesaikan permasalahan yang dihadapi dengan kemampuan regulasi emosi yang baik (Subjektif et al. n.d.).

Dinamika sosial anak dan remaja panti sosial terbentuk melalui interaksi dan hubungan dengan teman sebaya, pengasuh, maupun lingkungan sosial panti yang terjadi dalam sehari-hari. Kehidupan dalam satu institusional menciptakan dinamika sosial yang beragam dan kompleks tergantung latar belakang masing-masing anak dan remaja (Harahap et al. 2024). Kondisi latar belakang yang heterogen menjadi faktor krusial pembentukan dinamika sosial dalam lingkungan panti sosial anak. Setiap anak dan remaja memiliki pengalaman hidup, kepribadian, kebiasaan, cara mengelola emosi



yang berbeda-beda sehingga memengaruhi pola pikir, perilaku, dan interaksi terhadap lingkungan sosial. Kondisi ini kemudian menciptakan berbagai bentuk hubungan sosial seperti kedekatan, perselisihan, maupun penyesuaian diri dan pembentukan kelompok pertemanan.

Anak dan remaja yang tinggal di panti sosial menghadapi kondisi sosial yang berbeda dibandingkan dengan anak-anak yang tumbuh bersama figur pengasuh utama. Dalam lingkungan lembaga pengasuhan, pola asuh yang bersifat kolektif dan kurangnya figur kelekatan emosional menyebabkan anak-anak mengalami keterbatasan dalam pengembangan aspek emosional dan sosial mereka (Mukti et al. 2025). Teori attachment yang dikemukakan oleh Bowlby (1969) menegaskan bahwa hubungan keterikatan yang aman dengan figur pengasuh pengganti memiliki peranan signifikan dalam pembentukan regulasi emosi dan perkembangan sosial anak. Dalam praktik pengasuhan di lembaga insitusional, intervensi oleh pengasuh tidak selalu berjalan optimal dikarenakan berbagai faktor, salah satunya keterbatasan pengasuh dalam memahami dinamika psikologis antar teman sebaya (Amanda 2026). Kondisi keterbatasan pengasuhan menuntut anak dan remaja panti sosial untuk beradaptasi, membangun hubungan interpersonal, menghadapi konflik, serta memahami emosional dan nilai moral secara mandiri.

Regulasi emosi berperan signifikan dalam mengatur dinamika interaksi teman sebaya sehingga penelitian ini dilakukan untuk memahami bagaimana interaksi sosial dalam kehidupan sehari-hari berjalan seiring kemampuan pengelolaan emosi pada anak dan remaja panti sosial. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kualitatif yang bertujuan untuk mengetahui dinamika perilaku anak dan remaja dalam interaksi sosial dengan teman sebayanya di panti sosial, meliputi kerja sama, kedekatan, cara menyelesaikan masalah, hingga pembentukan kelompok pertemanan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan secara mendalam dinamika interaksi teman sebaya berdasarkan kapasitas regulasi emosi anak dan remaja di Panti Sosial Perlindungan Anak Dharma. Pendekatan ini dipilih dengan menyesuaikan fokus penelitian, yaitu menggambarkan bagaimana dinamika interaksi teman sebaya berdasarkan kapasitas regulasi emosi anak panti sosial melalui wawancara dan observasi secara langsung dengan anak, remaja, dan pengasuh yang terlibat langsung dalam interaksi sosial di lingkungan Panti Dharma.

Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di UPTD Panti Sosial Perlindungan Anak Dharma yang berlokasi di Jalan H. A. M. M. Rifaddin, Harapan Baru, Kecamatan Loa Janan Ilir, Kota Samarinda, Kalimantan Timur. Lembaga ini merupakan salah satu lembaga pengasuhan yang berada di bawah naungan Dinas Sosial dan memiliki peran dalam penyelenggaraan pelayanan sosial bagi anak. UPTD Panti Sosial Perlindungan Anak Dharma menyediakan layanan perlindungan dan kesejahteraan anak yang mencakup



perlindungan, rehabilitasi, serta pemenuhan hak-hak anak yang berada dalam kondisi rentan maupun situasi darurat.

Subjek Penelitian

Penelitian ini mengambil 6 subjek yang terdiri dari 4 anak dan remaja dari 77 total keseluruhan serta 2 pengasuh yang bertugas mendampingi aktivitas rutin dan terlibat langsung dalam interaksi anak dan remaja di Panti Sosial Dharma. Pemilihan subjek penelitian ini dilakukan secara purposif, dengan mempertimbangkan kriteria keaktifan dalam interaksi teman sebaya, kapasitas regulasi emosi, dan masa tinggal di panti. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara langsung dengan anak dan remaja yang terlibat dalam proses interaksi teman sebaya serta pengasuh sebagai informan pendukung. Penelitian ini juga menggunakan metode observasi secara langsung terhadap perilaku interaksi sosial anak dengan teman sebayanya di lingkungan panti sosial.

Teknik Pengumpulan Data

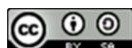
Teknik utama pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu wawancara semi-terstruktur observasi partisipatif. Wawancara semi-terstruktur dilakukan dengan anak dan remaja yang serta pengasuh di Panti Sosial Dharma. Pertanyaan wawancara difokuskan pada pengalaman interaksi dengan teman sebaya, cara anak mengelola emosi, serta pola hubungan dalam kelompok pertemanan. Observasi partisipatif dilakukan untuk mengamati dinamika interaksi teman sebaya anak Panti Sosial Dharma dalam kehidupan sehari-hari, meliputi aktivitas bermain, belajar bersama, dan kegiatan kelompok lainnya. Selain itu, data dikumpulkan melalui dokumen sekunder berupa catatan perkembangan anak, laporan pengasuh, dan dokumen program kegiatan panti yang berkaitan dengan aspek sosial emosional anak dan remaja. Data dari ketiga teknik tersebut kemudian diintegrasikan untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai dinamika interaksi teman sebaya berdasarkan kapasitas regulasi emosi anak di Panti Sosial Perlindungan Anak Dharma.

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data diperoleh berupa transkripsi wawancara, catatan observasi, dan dokumen. Tahap pertama, peneliti melakukan reduksi data dengan memilih informasi yang relevan dengan fokus penelitian. Selanjutnya, peneliti melakukan coding dengan memberikan kode pada pernyataan penting dan mengelompokkan temuan-temuan ke dalam beberapa tema penelitian. Pada tahap penyajian data, hasil wawancara disusun dalam bentuk narasi deskriptif untuk menjelaskan pengalaman subjek secara lebih mendalam. Data yang ditemukan tersebut kemudian diinterpretasikan dengan pemahaman pola-pola yang muncul selama proses pengamatan langsung untuk penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan informasi yang didapatkan melalui wawancara dengan anak dan remaja Panti Sosial Dharma, diketahui bahwa setiap anak dan remaja memiliki cara yang kompleks dalam menghadapi persoalan sosial teman sebaya sesuai tingkat regulasi emosi mereka. Sebagian anak dan remaja cenderung menunjukkan



pelampiasan emosi dengan cara diam, memendam, dan menarik diri untuk menghindari konflik secara langsung, sedangkan sebagian lainnya menunjukkan respon emosional seperti menangis, melawan secara verbal, bahkan keinginan balas dendam. Tidak jarang juga seorang remaja melampiaskan emosi dengan cara menyakiti diri sendiri. Berbeda hal dengan salah satu remaja yang lebih memilih menahan emosi dan melakukan refleksi diri dibanding melakukan komunikasi interpersonal dalam menyelesaikan konflik. Remaja lain cenderung melakukan komunikasi secara terbuka ketika menghadapi konflik sesuai arahan pengasuh, namun ia akan memilih diam apabila mendapat respon yang kurang baik. Sebagian anak yang lain cenderung mengikuti arahan pengasuh dalam menyelesaikan konflik teman sebaya.

Kondisi lingkungan sosial panti menjadi salah satu faktor krusial yang memengaruhi kesulitan regulasi emosi anak dan remaja. Sebagian lingkungan yang tidak mendukung cenderung memunculkan konflik, sedangkan sebagian yang mendukung dapat menjadi kekuatan bagi mereka untuk bertahan tinggal di panti. Anak dan remaja dalam wawancara menyebutkan permasalahan yang sering terjadi di antaranya pelanggaran kontrol hak dan ruang pribadi, bullying verbal, kesulitan mengatur perilaku anak-anak lain sesuai tanggung jawab terhadap arahan pengasuh, dan teman sekamar yang sering kali kurang partisipatif.

Para pengasuh menyebutkan bahwa konflik teman sebaya yang muncul di lingkungan panti disebabkan oleh perbedaan karakter dan kebiasaan yang terbentuk dari pola asuh sebelumnya. Setiap anak dan remaja menunjukkan reaksi emosional yang beragam dalam situasi konflik seperti menangis, berteriak, marah, hingga melakukan tindakan fisik. Dalam menangani situasi konflik, pengasuh lebih sering meleraikan dan memisahkan anak-anak yang berselisih di tempat yang berbeda untuk meredakan emosi masing-masing. Pengasuh berusaha menghindari menasehati anak-anak yang masih dalam kondisi emosi tinggi dikarenakan tidak akan efektif. Tidak jarang anak atau remaja yang berkonflik akan datang untuk bercerita kepada pengasuh dalam menangani masalah. Pengasuh juga menyebutkan bahwa ketika mereka merasa tidak mampu menangani konflik, maka dialihtanggankan kepada pihak psikolog. Meskipun konflik yang muncul dapat memperkuat emosional negatif, sebagian anak dan remaja memiliki hubungan teman sebaya yang positif sebagai dukungan sosial dan emosional dalam menghadapi permasalahan sosial di panti. Namun, tidak semua anak dan remaja memiliki hubungan yang dekat dengan teman sebaya dikarenakan lingkungan panti yang tidak nyaman dan tidak mendukung secara emosional. Kurangnya kedekatan sosial emosional dalam lingkungan panti membuat sebagian anak dan remaja mencari relasi di luar seperti di sekolah. Anak dan remaja Panti Dharma tetap menunjukkan perilaku prososial terhadap teman sebaya walaupun tidak memiliki kedekatan emosional.

Strategi regulasi emosi anak dan remaja Panti Sosial Dharma masih pada tingkat pasif dan sebagian dalam tahap perkembangan. Kecenderungan menahan atau memendam emosi ketika menghadapi permasalahan dengan teman sebaya membuat mereka mengalami kesulitan untuk menyelesaikannya secara terbuka dan efektif. Hal tersebut diperkuat dengan lingkungan panti yang dianggap kurang nyaman dan



mendukung secara sosial emosional, sehingga memunculkan dinamika interaksi teman sebaya yang kompleks.

Regulasi Emosi Anak di Panti Sosial Perlindungan Anak Dharma

Perbedaan kemampuan mengatur emosi yang ditunjukkan oleh anak-anak dan remaja di Panti Sosial Perlindungan Anak Dharma bisa dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor ini bisa berasal dari dalam diri mereka sendiri (internal) atau dari lingkungan sosial di mana mereka tinggal dan tumbuh (eksternal). Faktor dari dalam diri seperti usia, tingkat kedewasaan emosi, kemampuan untuk mengerti perasaan sendiri, dan pengalaman dalam menghadapi berbagai masalah bisa mempengaruhi bagaimana anak bereaksi terhadap situasi yang membuat mereka merasa emosi negatif. Anak yang bisa memahami dan mengenali perasaannya biasanya lebih baik dalam mengendalikan reaksi yang muncul saat menghadapi masalah, kekecewaan, atau perlakuan yang tidak menyenangkan dari teman-temannya. Di sisi lain, anak yang masih kesulitan untuk mengenali dan memahami perasaannya biasanya lebih gampang menunjukkan reaksi yang tiba-tiba, seperti marah, membalas perlakuan teman, atau menjauh dari lingkungan sosial.

Selain faktor internal, lingkungan sosial juga berperan penting dalam membantu anak mengembangkan kemampuan untuk mengatur emosinya. Hidup di panti asuhan membuat anak-anak harus bergaul dengan banyak orang yang memiliki sifat, kebiasaan, dan latar belakang yang berbeda-beda. Situasi ini bisa menjadi tantangan dan juga kesempatan bagi anak untuk belajar bagaimana mengatur emosinya. Dalam kehidupan sehari-hari, anak-anak sering menemui situasi di mana mereka memiliki pendapat yang berbeda, bersaing, mengalami kesalahpahaman, atau bahkan terlibat dalam konflik dengan teman-temannya. Situasi-situasi ini mengharuskan anak untuk bisa mengontrol emosi dan menyesuaikan perilakunya agar hubungan sosial tetap terjaga dengan baik.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa saat menghadapi konflik dengan teman sebaya, beberapa anak lebih memilih untuk menenangkan diri terlebih dahulu, menghindari pertengkaran, atau mencari cara untuk menyelesaikan masalah dengan berbicara. Namun, ada juga anak yang awalnya merasa ingin marah atau membalas perlakuan temannya, tetapi kemudian bisa mengontrol emosinya. Temuan ini menunjukkan bahwa mengatur emosi bukanlah kemampuan yang langsung ada, tetapi adalah proses yang berkembang secara perlahan melalui pengalaman dan pembelajaran yang terus menerus.

Dalam proses ini, pengasuh memiliki peran yang sangat penting sebagai penyedia dukungan emosional dan pembelajaran sosial bagi anak. Pengasuh tidak hanya bertanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan fisik anak, tetapi juga membantu anak belajar bagaimana cara menghadapi masalah, mengelola perasaan buruk, dan memikirkan akibat dari tindakan yang akan diambil. Dengan bimbingan, saran, dan dukungan yang diberikan, anak bisa belajar bagaimana cara mengungkapkan perasaan dengan lebih tepat dan diterima oleh orang lain. Dukungan yang diberikan oleh pengasuh bisa membuat anak merasa nyaman untuk berbagi perasaannya saat menghadapi masalah.



Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan mengatur emosi adalah sesuatu yang berkembang melalui interaksi antara pengalaman seseorang dan lingkungan sosial di sekitarnya. Semakin sering anak-anak mendapatkan kesempatan untuk berinteraksi dalam berbagai situasi sosial dan mendapatkan arahan yang baik, semakin baik pula kemampuan mereka dalam mengenali, mengatur, dan mengungkapkan emosi mereka. Kemampuan ini sangat penting karena membantu anak menyesuaikan diri dengan lingkungan panti yang dipenuhi dengan interaksi sosial dan berbagai dinamika hubungan antar individu.

Anak yang bisa memahami dan mengatur emosinya biasanya lebih cepat menyesuaikan diri dengan lingkungan, mampu menyelesaikan masalah dengan cara yang baik, dan dapat menjalin hubungan yang baik dengan teman-temannya. Mereka bisa memikirkan langkah yang akan diambil sebelum merespons suatu masalah, sehingga konflik yang muncul tidak berubah menjadi pertengkaran yang panjang. Dengan begitu, kemampuan untuk mengatur emosi menjadi salah satu hal penting yang membantu kesejahteraan sosial dan keberhasilan anak dalam membangun hubungan dengan orang lain di lingkungan panti asuhan.

Dinamika Interaksi Teman Sebaya di Panti Sosial Perlindungan Anak Dharma

Interaksi dengan teman sebaya adalah bagian penting dari kehidupan anak-anak dan remaja di Panti Sosial Perlindungan Anak Dharma. Hidup bersama dalam satu tempat menghasilkan berbagai jenis hubungan sosial yang rumit, dari yang harmonis sampai yang konflik karena perbedaan karakter, kebiasaan, dan latar belakang hidup masing-masing orang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konflik yang sering muncul mencakup pelanggaran batas privasi, bullying verbal, kurangnya partisipasi dalam tanggung jawab bersama, dan perbedaan dalam cara berinteraksi di antara penghuni panti. Temuan ini sesuai dengan pendapat Harahap dan rekan-rekan (2024) yang mengatakan bahwa lingkungan panti dengan latar belakang penghuni yang beragam cenderung menghasilkan dinamika sosial yang rumit karena setiap individu membawa pengalaman, nilai, dan pola perilaku yang berbeda-beda.

Namun, interaksi dengan teman sebaya tidak selalu memiliki dampak buruk. Beberapa anak dan remaja memiliki persahabatan yang dekat dan menjadi sumber dukungan sosial serta emosional. Teman sebaya adalah tempat untuk berbagi pengalaman, mencari bantuan saat menghadapi masalah, dan memberikan rasa aman dalam menjalani hidup di panti. Hubungan yang baik ini menunjukkan bahwa berinteraksi dengan teman sebaya sangat penting untuk membantu anak dan remaja beradaptasi secara sosial.

Di sisi lain, tidak semua anak merasa memiliki hubungan emosional yang dekat dengan teman-teman sebayanya di panti. Beberapa anak lebih suka menjalin hubungan sosial di luar panti, seperti di sekolah, karena mereka merasa bahwa lingkungan panti tidak memberikan kenyamanan emosional yang cukup. Meskipun tidak memiliki hubungan yang sangat dekat, banyak anak tetap menunjukkan sikap baik seperti membantu, bekerja sama, dan menghargai teman-teman mereka. Kondisi ini menunjukkan bahwa hubungan sosial di panti tidak hanya dipengaruhi oleh kedekatan



emosional, tetapi juga oleh norma-norma kehidupan bersama yang terbentuk di dalam lingkungan pengasuhan.

Pengaruh Kapasitas Regulasi Emosi terhadap Hubungan Antar Teman Sebaya di Panti Sosial Perlindungan Anak Dharma

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan untuk mengatur emosi memiliki dampak yang besar pada kualitas hubungan antara teman sebaya di Panti Sosial Perlindungan Anak Dharma. Anak-anak dan remaja yang dapat mengelola emosi mereka dengan lebih baik biasanya memiliki hubungan sosial yang lebih baik, dapat menyelesaikan konflik dengan cara yang lebih positif, dan lebih mudah menjaga persahabatan.

Di sisi lain, anak yang sulit mengatur emosi biasanya lebih mudah terlibat masalah dengan teman-temannya. Kesulitan dalam mengelola perasaan marah, kecewa, atau frustrasi sering kali menyebabkan orang bertindak agresif, menarik diri, atau bersikap pasif. Hal ini bisa menghalangi penyelesaian masalah dengan cara yang efektif. Kondisi ini membuat hubungan sosial menjadi tidak begitu harmonis dan bisa menyebabkan jarak emosional antara individu.

Temuan ini bisa dijelaskan dengan teori keterikatan dari Bowlby, yang mengatakan bahwa pengalaman keterikatan dan dukungan emosional mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengelola emosi dan menjalin hubungan sosial. Di lingkungan panti sosial yang kurang memiliki sosok orang tua atau pengasuh yang dekat, kemampuan anak untuk mengatur emosinya menjadi hal yang sangat penting. Ini membantu mereka untuk beradaptasi dengan kehidupan sosial sehari-hari. Anak yang bisa memahami dan mengatur emosinya akan lebih gampang menunjukkan rasa empati, toleransi, dan kemampuan berkomunikasi yang baik kepada teman-temannya.

Selain faktor pribadi, lingkungan sosial di panti juga berpengaruh pada hubungan antara pengaturan emosi dan interaksi dengan teman sebaya. Lingkungan yang memberikan dukungan emosional bisa membantu anak-anak belajar mengatur emosi mereka dengan lebih baik, sehingga bisa membangun hubungan sosial yang sehat. Di sisi lain, lingkungan yang tidak mendukung bisa membuat anak lebih cenderung untuk menyimpan perasaannya dan menghindari menyelesaikan konflik secara langsung.

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengaturan emosi adalah faktor yang sangat penting dalam membentuk cara teman sebaya berinteraksi di Panti Sosial Perlindungan Anak Dharma. Semakin baik kemampuan anak dan remaja dalam mengatur emosi mereka, semakin baik pula hubungan sosial yang mereka bangun. Oleh karena itu, kita perlu memperkuat keterampilan pengaturan emosi dengan bimbingan dari pengasuh, layanan psikologis, dan program pengembangan sosial emosional yang terus-menerus. Hal ini bertujuan untuk mendukung kesejahteraan psikososial anak-anak dan remaja di panti asuhan.

SIMPULAN

Menurut hasil penelitian, interaksi antara teman sebaya pada anak-anak dan remaja di UPTD Panti Sosial Perlindungan Anak Dharma dipengaruhi oleh kemampuan masing-masing individu dalam mengatur emosi mereka. Anak-anak dan remaja



menunjukkan berbagai cara untuk mengatasi konflik dengan teman-teman mereka, seperti menyimpan perasaan, menghindari masalah, menangis, bertengkar dengan kata-kata, dan merenungkan diri sendiri. Perbedaan dalam kemampuan mengelola emosi mempengaruhi kualitas hubungan sosial serta cara mereka menyelesaikan masalah yang muncul di lingkungan panti.

Konflik di antara teman sebaya biasanya disebabkan oleh perbedaan sifat, pelanggaran privasi, bullying dengan kata-kata, dan kurangnya kerjasama dalam kegiatan sehari-hari. Walaupun begitu, beberapa anak dan remaja masih memiliki persahabatan yang baik dan saling mendukung secara sosial maupun emosional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa cara anak-anak dan remaja di panti sosial mengatur emosi mereka masih cenderung pasif dan belum sepenuhnya berkembang. Oleh karena itu, dukungan dari pengasuh dan lingkungan yang lebih mendukung sangat penting untuk membantu mereka mengembangkan cara mengatur emosi serta berinteraksi secara sosial dengan lebih sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, Violla, Tamrin Bangsu, & Syahrion Marta Hila. (2026). Peer Mediation, Emotional Substitution, and the Ambivalence of Care: Informal Care Practices in Indonesian Child Welfare Institutions. *Temali: Jurnal Pembangunan Sosial*, 9(1): 91–104.
- Arnesty, Anastaya Evi & Yoseph Pedhu. (2023). Analisis Korelasi antara Regulasi Emosi dan Perilaku Memafkan Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Psiko Edukasi: Jurnal Pendidikan, Psikologi, dan Konseling*, 21(2): 141–150, doi:10.25170/psikoedukasi.v21i2.4879.
- Firdauza, Intan Ayu Lasmana & Farah Farida Tantiani. (2021). Regulasi Emosi Remaja dari Ibu Pekerja Migran dan Non Migran. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(1): 3441(5), doi: <http://doi.org/10.29080/jpp.v12i1.506>
- Harahap, Ari Nasowaloon & Afrinaldi Afrinaldi. (2024). Implementasi Perhatian Pengasuh Dalam Interaksi Sosial Pada Anak Panti Asuhan Hanifah III Gadut, Kec. Tilatang Kamang, Kab. Agam, Sumatera Barat. *Concept: Journal of Social Humanities and Education*, 3(1): 13–19, doi: <https://doi.org/10.55606/concept.v3i1.928>
- Illahi, Syahrani Paramitha Kurnia & Sari Zakiah Akmal. (2017). Hubungan Kelekatan dengan Teman Sebaya dan Kecerdasan Emosi pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2): 171–181, doi: <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v2i2.1854>
- Mukti, Arrayan, Hana Fitri, Isna Laily Istiqomah, Selfi Ana Andriyanti, Ainnayya Nayla Daffani, Muhammad Fitahul Fikri, Allaiya Talent, Tribuana Tunggal Dewi, & Dewi Khurun Aini. (2025). Psikoedukasi *Expressive Writing* Sebagai Strategi *Coping* Untuk Membangun Resiliensi Emosional Anak Panti Asuhan Wikrama Putra Semarang. *Dinamika Sosial*, 2(4): 169–181, doi: <https://doi.org/10.62951/dinsos.v2i4.2639>
- Wulandari, Ulfa & Romi Mesra. (2026). Interaksi Sosial Anak Asuh Di Unit Pelaksana Teknis Perlindungan Dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak (UPT PSAA) Banyuwangi. *ETIC (Education and Social Science Journal)*, 3(2):146–158, doi: <https://doi.org/10.64924/yf3m3h83>
- Zulfah, Evie Miftalia & Nanda Kusuma Wardhani. (2023). Peran Pengasuh Dalam Perkembangan Sosial-Emosional Panti Asuhan (Studi Kasus Panti Asuhan Madania Yogyakarta). *Jurnal Golden Age*, 7(2): 266–275, doi: <https://doi.org/10.29408/goldenage.v7i01.21381>

