

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dengan harga diri pada remaja *broken home*. Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi (*R Square*) ditemukan bahwa pada sumbangan efektif, regulasi emosi berkontribusi sebesar 20,3% terhadap harga diri. Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa subjek remaja *broken home* pada penelitian ini memiliki tingkat regulasi emosi dan harga diri pada kategori sedang.

B. Saran

Berdasarkan rangkaian hasil penelitian, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi mempengaruhi tingkat harga diri pada remaja dari keluarga *broken home*. Remaja yang berasal dari keluarga bercerai diharapkan dapat meningkatkan tingkat regulasi emosi mereka untuk meningkatkan harga diri. Bagi remaja dengan tingkat regulasi emosi yang tinggi, penting untuk mempertahankan dan mengembangkan karakteristik ini. Sedangkan bagi remaja dengan tingkat regulasi emosi rendah, disarankan untuk melatih kemampuan regulasi emosi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk mendapatkan sampel dengan demografis yang lebih merata agar hasil penelitian lebih representatif. Berdasarkan hasil penelitian, sumbangan efektif hubungan regulasi emosi terhadap harga diri remaja *broken home* sebesar 20,3%, sementara 79,7% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak tercakup dalam model penelitian ini. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi berbagai faktor lain yang berpotensi mempengaruhi harga diri remaja *broken home*, seperti perbedaan jenis kelamin, tingkat dukungan sosial, kondisi ekonomi, serta keterlibatan kedua orang tua setelah perceraian. Selain itu, peneliti juga merekomendasikan penelitian mengenai pengaruh perbedaan strategi regulasi emosi terhadap tingkat harga diri.