

ABSTRAK

Peristiwa perceraian dalam keluarga dapat mempengaruhi emosi remaja. Perceraian orang tua juga dapat mengakibatkan remaja mudah terpengaruh untuk melakukan kenakalan remaja, kekerasan, dan tindakan kriminal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran regulasi emosi pada remaja dari keluarga yang bercerai. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi. Metode pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan observasi dengan melibatkan tiga partisipan utama yang merupakan remaja dari keluarga yang bercerai. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari lima strategi regulasi emosi yang dilakukan oleh ketiga partisipan yaitu *situation selection*, *attentional deployment*, dan *response modulation*. Sedangkan strategi regulasi emosi *situation modification* tidak ditemukan pada ketiga partisipan, dan *cognitive change* hanya dilakukan pada dua partisipan. Berdasarkan hasil penelitian ketiga strategi regulasi emosi ini cukup memberi dampak besar dalam mengurangi emosi negatif pada ketiga partisipan.

Kata Kunci : Perceraian, remaja, regulasi emosi

ABSTRACT

Events of divorce in the family can affect the emotions of adolescents. Divorce of parents can also make teenagers easily influenced to commit juvenile delinquency, violence, and criminal acts. This study aims to describe the emotional regulation of adolescents from divorced families. This study uses a qualitative approach to the type of phenomenological research. The data collection method in this study used interviews and observation involving three main participants who were teenagers from divorced families. The results of this study indicate that of the five emotion regulation strategies implemented by the three participants, namely situation selection, attentional deployment, and response modulation. Meanwhile, the situation modification emotion regulation strategy was not found in the three participants, and cognitive change was only carried out in two participants. Based on the results of the research, these three emotion regulation strategies had quite a big impact in reducing negative emotions in the three participants.

Keyword : Divorce, adolescent, emotional regulation