

ABSTRAK

Problema terkait *sibling rivalry* pada remaja kembar tentu memberikan dampak negatif pada kehidupannya. Dampak negatif dari *sibling rivalry* antara lain berpengaruh terhadap keadaan emosi remaja kembar. Regulasi emosi ialah strategi yang dilakukan individu secara sadar maupun tidak sadar yang bertujuan untuk memperkuat, mempertahankan dan mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Tujuan penelitian ini adalah untuk menemukan gambaran strategi regulasi emosi pada remaja kembar yang mengalami *sibling rivalry* serta faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *sibling rivalry*. Metode yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan tipe studi kasus. Penelitian ini melibatkan dua orang partisipan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedua remaja kembar menggunakan *antecedent-focused strategies* yaitu pemilihan situasi, perubahan situasi, penyebaran perhatian dan perubahan kognitif serta *response-focused strategies*. Adapun faktor utama terjadinya *sibling rivalry* pada kedua remaja kembar adalah jenis kelamin yang sama dan adanya persaingan antara kedua remaja kembar yang suatu waktu bisa terjadi apabila salah satu dari remaja kembar memperlihatkan dengan jelas perilaku berkompetisi untuk mendapatkan perhatian, waktu, cinta dan penerimaan dari orang tua.

Kata Kunci: Remaja Kembar, *Sibling Rivalry*, Strategi Regulasi Emosi

ABSTRACT

Problems related to sibling rivalry in teenage twins certainly have a negative impact on their lives. The negative impact of sibling rivalry, among others, affects the emotional state of twin teenagers. Emotion regulation is a strategy that is carried out by individuals consciously or unconsciously which aims to strengthen, maintain and reduce one or more aspects of emotional response, namely emotional experience and behavior. The purpose of this study was to find out the description of emotion regulation strategies in twins who experience sibling rivalry and what factors influence sibling rivalry. The method used is a qualitative research method with a case study type. This study involved two participants. The results of this study indicated that the two adolescent twins used antecedent-focused strategies, namely situation selection, situation changes, distribution of attention and cognitive changes as well as response-focused strategies. The main factor for the occurrence of sibling rivalry in the twins is the same sex and there is competition between the twins which at one time can occur if one of the twins clearly shows competitive behavior to get attention, time, love and acceptance from parents.

Keywords: *sibling twins, Sibling Rivalry, regulation emotion strategies*