

ABSTRAK

Dewasa awal yang mengalami perceraian orang tua akan rentan berdampak pada munculnya berbagai masalah psikologis, sehingga perlu memiliki tingkat resiliensi yang cukup tinggi saat menghadapi situasi tersebut. Salah satu kemampuan yang dapat mendukung kondisi tersebut adalah regulasi emosi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan resiliensi pada dewasa awal yang mengalami perceraian orang tua. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara regulasi emosi dengan resiliensi. Subjek pada penelitian ini adalah 304 dewasa awal berusia 18-29 tahun yang mengalami perceraian orang tua. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner dan alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Regulasi Emosi dan Skala Resiliensi. Teknik analisis data menggunakan korelasi *Pearson's Product Moment*. Hasil koefisien korelasi korelasi (r_{xy}) = 0.677 dengan $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Hasil analisis ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dengan resiliensi pada dewasa awal yang mengalami perceraian orang tua. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi memberikan sumbangan efektif sebesar 45.9% terhadap resiliensi dewasa awal yang mengalami perceraian orang tua.

Kata Kunci: Dewasa Awal, Perceraian Orang Tua, Regulasi Emosi, Resiliensi

ABSTRACT

Young adults who have experienced their parents' divorce are vulnerable to various psychological problems; therefore, they need a high level of resilience when facing such situations. One ability that can support this is emotional regulation. The purpose of this study is to examine the relationship between emotional regulation and resilience in young adults who have experienced their parents' divorce. The hypothesis of this study is that there is a positive relationship between emotional regulation and resilience. The subjects of this study were 304 young adults aged 18-19 who had experienced their parents' divorce. Data were collected using questionnaires, and the measurement tools used in this study were the Emotional Regulation Scale and the Resilience Scale. Data analysis employed Pearson's Product-Moment correlation. The correlation coefficient (r_{xy}) was 0.677 with $p = 0.000$ ($p < 0.05$). These results indicate a significant positive relationship between emotional regulation and resilience in young adults whose parents have divorced. The study findings suggest that emotional regulation accounts for 45.9% of the variance in resilience among young adults whose parents have divorced.

Keywords: *Early Adulthood, Parental Divorce, Emotional Regulation, Resilience*