

## ABSTRAK

Valina Khiarin Nisa, 11111112, Strategi Regulasi Emosi pada Remaja yang Mengalami Perceraian Orangtua, *Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, 2015. xxii+ 299 halaman, 19 Lampiran

*Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai strategi regulasi emosi remaja yang mengalami perceraian orangtua. Fokus penelitian ini adalah bagaimana strategi regulasi emosi yang dilakukan remaja yang mengalami perceraian orangtua. Strategi regulasi emosi adalah upaya yang dilakukan individu untuk mengendalikan, meningkatkan atau menurunkan satu atau lebih komponen dari respon emosi pada suatu kondisi dalam rangka mencapai tujuan emosi yang diharapkan (Gross, 2007). Perspektif teori yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah strategi regulasi emosi milik J. J. Gross (2007).*

*Penelitian ini melibatkan 3 orang subjek penelitian yang terdiri dari 2 remaja perempuan dan 1 remaja laki-laki yang mengalami perceraian orangtua, serta 3 orang significant other dari masing-masing subjek penelitian. Subjek 1 merupakan seorang mahasiswa (21 tahun), subjek 2 merupakan mahasiswa dan mentor (21 tahun), dan subjek 3 merupakan mahasiswa (20 tahun). Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus intrinsik. Teknik penggalan data yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur.*

*Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi regulasi emosi antecedent-focused dilakukan ketiga untuk mengendalikan emosi menghadapi masa-masa menjelang hingga pasca perceraian orangtua. Di awal pasca perceraian orangtua, ketiga subjek memadukan strategi seleksi situasi dan penyebaran atensi.. Subjek 1 dan subjek 3 melakukan strategi perubahan kognitif sejak menjelang perceraian orangtua, sedangkan subjek 2 melakukan strategi perubahan kognitif setelah 3 tahun pasca perceraian orangtua. Subjek 1 memodifikasi situasi rumah dengan canda. Subjek 2 memodifikasi situasi rumah dengan memberanikan diri mengajak bicara Ibu tiri. Subjek 3 memodifikasi situasi dengan menyampaikan perkembangan akademik dan kebaikan Ayah dan Ibu subjek. Strategi regulasi emosi response-focused beberapa kali diterapkan ketiga subjek ketika menghadapi situasi tertentu. Faktor ekstrinsik yang terdiri dari caregiving dan attachment membantu ketiga subjek dalam melakukan strategi regulasi emosi.*

**Kata Kunci** : Strategi regulasi Emosi, Remaja, Perceraian Orangtua  
*Daftar Pustaka, 49 (1980 – 2014)*

## ABSTRACT

Valina Khiarin Nisa, 11111112, Emotion Regulation Strategies in Adolescents Who Have Experienced Parental Divorce, *Thesis*, Faculty of Psychology, Universitas Airlangga, 2015. xxii+ 299 pages, 19 Appendix

*This study aimed to give an overview of emotion regulation strategies on adolescents who experienced parental divorce. The focus of this research is how emotion regulation strategies in adolescents who experienced parental divorce. Emotion regulation strategies are attempts of individual to control, increasing or decreasing one or more components of emotional responses to a condition in order to achieve the expected emotions (Gross, 2007). Theory Perspective which I used in this study is emotion regulation strategies, which is belonging to J.J. Gross (2007).*

*The study involved three study subjects consisted of 2 girls and 1 boy who experience parental divorce. This study also involved 3 significant others from each subject. Subject 1 is a student (21 years), subject 2 is a student and mentor (21 years), and subject 3 is a student (20 years old). This study used qualitative method, intrinsic study case as study approachment, and interview as the way to get the datum.*

*The results showed that all of three subjects used antecedent-focused strategies to face their life towards parental divorce up to the post- parental divorce. In the early post parental divorce, subject 1, subject 2 and subject 3 tended to combine the situation selection strategy and attentional deployment strategy by giving attention to activities they loved to do. Subject 1 and subject 3 performed cognitive change strategy since before the parental divorce, whereas subject 2 performed cognitive change strategy after three years of post-parental divorce. Subject 1 modified the home situation by making humor. Subject 2 modified the home situation by couraging to talk to her stepmother. Subject 3 modified the situation by explaining academic progress and kindness of father and mother. Emotion regulation response-focused strategy several times applied to three subjects when they faced to the certain situations. Extrinsic factors which consist of caregiving and attachment assisted in conducting three subjects emotion regulation strategies.*

**Keywords:** *Emotion Regulation Strategies, Adolescent, Parental Divorce Bibliography, 49 (1980 – 2014)*