

**GAMBARAN REGULASI EMOSI REMAJA DARI KELUARGA BERCERAI  
(STUDI DESKRIPTIF DI SMPN 97 JAKARTA)**

**(2017)**

**Dinda Layli Adisti**

**ABSTRAK**

Penelitian survey ini bertujuan untuk memperoleh informasi mengenai gambaran regulasi emosi remaja dari keluarga bercerai di SMPN 97 Jakarta. Sampel pada penelitian ini adalah 48 siswa yang memiliki latar belakang orangtua bercerai. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survey yang bersifat deskriptif. Pengumpulan data menggunakan angket berisikan 50 butir pernyataan yang berasal dari teori Gross dan John (2003) mengenai regulasi emosi. Hasil uji validitas dikonsultasikan dengan  $r$  tabel 0,3044. Sedangkan untuk uji reliabilitas didapat 0,905 yang artinya sangat reliabel dan dapat dipercaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan regulasi emosi remaja dari keluarga bercerai di SMPN 97 Jakarta cenderung pada kategori sedang dengan ciri-ciri mereka telah memiliki kemampuan yang cukup baik dalam mengelola emosi dengan efektif, mereka sudah dapat berpikir secara matang terlebih dahulu sebelum melakukan sesuatu, memiliki toleransi terhadap frustrasi atau tidak mudah putus asa terhadap suatu masalah, sudah dapat memiliki pandangan positif terhadap diri dan lingkungannya sekalipun berada pada kondisi keluarga yang mengalami perceraian.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Remaja, Keluarga Bercerai.