

**GAMBARAN STRATEGI REGULASI EMOSI REMAJA YANG
TINGGAL DENGAN ORANG TUA TUNGGAL AKIBAT PERCERAIAN**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**



KINTAN MIFTAHUL RIZKI

2010321005

**Dosen Pembimbing:
Amatul Firdausa Nasa, M.Psi., Psikolog
Siska Oktari, M.Psi., Psikolog**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2025**

DESCRIPTION OF EMOTION REGULATION STRATEGIES OF ADOLESCENTS LIVING WITH SINGLE PARENTS DUE TO DIVORCE

Kintan Miftahul Rizki, Amatul Firdausa Nasa, Siska Oktari, Mafaza, Septi
Mayang Sarry
Psychology Departement, Medicine Faculty, Andalas
University
kintanmiftahul4@gmail.com

ABSTRACT

Parental divorce is an event that can significantly impact a child's emotional development, particularly during adolescence. In such circumstances, emotion regulation strategies become crucial as adaptive mechanisms to cope with changes in family dynamics. This study aims to examine the description of emotion regulation strategies among adolescents living with a single parent due to divorce. The research employed a quantitative method with descriptive analysis. The participants consisted of 204 adolescents residing with a single parent as a result of divorce, located in the province of West Sumatra. The sampling technique used was voluntary sampling. Data collection was conducted using an adapted instrument based on the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ), which had been translated into Indonesian. The results of the study indicate that expressive suppression is more dominantly used by adolescents living with a single parent due to divorce, compared to the cognitive reappraisal strategy. Based on the data collected, 56.37% of adolescents employed expressive suppression as their emotion regulation strategy, while the remaining 43.62% used cognitive reappraisal.

Keywords: Emotion Regulation, Adolescents, Single Parent



GAMBARAN STRATEGI REGULASI EMOSI REMAJA YANG TINGGAL DENGAN ORANG TUA TUNGGAL AKIBAT PERCERAIAN

Kintan Miftahul Rizki¹⁾, Amatul Firdausa Nasa²⁾, Siska Oktari²⁾, Mafaza²⁾,
Septi Mayang Sarry²⁾

¹⁾Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas
Andalas

²⁾Departemen Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas
kintanmiftahul4@gmail.com

ABSTRAK

Perceraian orang tua merupakan peristiwa yang dapat berdampak signifikan terhadap perkembangan emosional anak, terutama pada remaja. Dalam kondisi ini, strategi regulasi emosi menjadi penting sebagai mekanisme adaptif untuk menghadapi perubahan dinamika keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran strategi regulasi emosi remaja yang tinggal dengan orang tua tunggal akibat perceraian. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan analisis deskriptif. Subjek penelitian ini berjumlah sebanyak 204 remaja yang tinggal dengan orang tua tunggal akibat perceraian yang ada di provinsi Sumatera Barat. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *voluntary sampling*. Pengumpulan data menggunakan adopsi alat ukur yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia berdasarkan skala *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi *expressive suppression* lebih dominan digunakan oleh remaja yang tinggal dengan orang tua tunggal akibat perceraian dibandingkan dengan strategi regulasi emosi *cognitive reappraisal*. Berdasarkan data yang di peroleh pada penelitian ini terdapat sebanyak 56,37% remaja menggunakan strategi regulasi emosi *expressive suppression*, sementara sisanya sebanyak 43,62% menggunakan strategi regulasi emosi *cognitive reappraisal*.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Remaja, Orang Tua Tunggal