

KEMAMPUAN REGULASI EMOSI DITINJAU DARI KEBERFUNGSIAN KELUARGA PADA REMAJA *BROKEN HOME*

Lathessya Wirio ⁽¹⁾, Jeslina ⁽²⁾, Jesslyn ⁽³⁾

Jurusan Psikologi

Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keberfungsian keluarga dan kemampuan regulasi emosi pada remaja *broken home*, dengan latar belakang meningkatnya jumlah remaja dari keluarga tidak utuh yang sering mengalami kesulitan dalam mengelola emosi akibat disfungsi keluarga. Regulasi emosi, yakni kemampuan individu dalam mengendalikan, mengekspresikan, dan menyesuaikan emosi secara adaptif, sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan 135 remaja *broken home* sebagai subjek, dengan menggunakan teknik *total sampling*. Alat ukur yang digunakan meliputi skala keberfungsian keluarga berdasarkan model *McMaster Family Assessment Device* ($\alpha = 0.917$) dan skala regulasi emosi berdasarkan teori dari Gross & Thompson ($\alpha = 0.918$), yang keduanya menunjukkan reliabilitas tinggi. Hasil analisis data dengan teknik korelasi *Pearson Product Moment* menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dan kemampuan regulasi emosi ($r = 0.685$, $p = 0.000$), yang berarti semakin baik keberfungsian keluarga, semakin baik pula kemampuan regulasi emosi remaja. Sebaliknya, keluarga yang tidak berfungsi optimal cenderung berhubungan dengan rendahnya kemampuan remaja dalam mengelola emosi.

Kata Kunci: keberfungsian keluarga, regulasi emosi, remaja *broken home*

**EMOTION REGULATION ABILITY REVIEWED FROM FAMILY FUNCTIONING IN
BROKEN HOME ADOLESCENTS**

Lathessya Wirio ⁽¹⁾, Jeslina ⁽²⁾, Jesslyn ⁽³⁾

Faculty of Psychology, Prima University of Indonesia

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between family functioning and emotion regulation ability in adolescents from broken homes, based on the increasing number of adolescents from non-intact families who often face difficulties in managing emotions due to family dysfunction. Emotion regulation defined as the individual's ability to control, express, and adaptively adjust emotions is strongly influenced by the family environment. This study employed a quantitative correlational approach involving 135 adolescents from broken homes, selected through purposive sampling. The instruments used include the Family Functioning Scale based on the McMaster Family Assessment Device ($\alpha = 0.917$) and the Emotion Regulation Scale based on Gross's theory ($\alpha = 0.918$), both demonstrating high reliability. Data analysis using the Pearson Product Moment correlation technique revealed a significant positive relationship between family functioning and emotion regulation ability ($r = 0.685$, $p = 0.000$), indicating that better family functioning is associated with better emotional regulation abilities in adolescents. Conversely, suboptimal family functioning tends to be associated with poorer emotional regulation in adolescents.

Keywords: *Family Functioning, Emotion Regulation, Adolescents From Broken Homes*