

ABSTRAK

“Peran Strategi Regulasi Emosi Terhadap Gejala Depresi pada Remaja dengan Orangtua Bercerai Serta Tinjauannya dalam Islam”

Salah satu dampak dari pengalaman perceraian orangtua adalah remaja mengalami reaksi emosi yang mengarah pada gejala depresi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi peran strategi regulasi emosi melalui *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression* terhadap gejala depresi pada remaja dengan orangtua bercerai. Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dan desain penelitiannya adalah korelasional (asosiatif). Populasi pada penelitian ini adalah remaja dengan orangtua bercerai dan sampel yang diperoleh sebanyak 85 remaja dengan orangtua bercerai di DKI Jakarta dengan menggunakan teknik *incidental sampling*. Dalam penelitian ini alat ukur yang digunakan yaitu skala ERQ (*Emotion Regulation Questionnaire*) untuk mengukur strategi regulasi emosi dan CESDR-10 (*Center for Epidemiologic Studies Depression Scale Revised-10*) untuk mengukur gejala depresi. Kedua skala sudah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia dan memiliki reliabilitas serta validitas yang baik. Hasil penelitian menemukan bahwa strategi regulasi emosi melalui *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression* tidak berperan secara signifikan terhadap gejala depresi pada remaja dengan orangtua bercerai. Berdasarkan tinjauan Islam, strategi regulasi emosi melalui *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression* juga tidak berperan terhadap gejala depresi. Penelitian selanjutnya perlu untuk menelaah faktor lain yang diduga lebih mempengaruhi gejala depresi pada remaja dengan orangtua bercerai, termasuk adalah strategi regulasi emosi secara kognitif yang lebih spesifik, seperti *positive reappraisal* atau *acceptance*, yang belum dapat terukur dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Depresi, *Cognitive Reappraisal*, *Expressive Suppression*, Remaja dengan Orangtua Bercerai.