

# HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN KESEPIAN PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN

Lita Leana  
13518813

Fakultas Psikologi  
Universitas Gunadarma

## ABSTRAK

*Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara regulasi emosi dengan kesepian pada remaja di panti asuhan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dan teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling dengan kriteria responden berusia 15-22 tahun dan minimal 6 bulan tinggal di panti asuhan. Sampel pada penelitian ini sebanyak 136 sampel. Pengukuran data regulasi emosi menggunakan skala regulasi emosi yang disusun berdasarkan dimensi yang dikemukakan oleh Gratz dan Roemer (2014) sedangkan pengukuran skala kesepian menggunakan skala kesepian yang disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Russel (1996). Teknis analisis data yang digunakan adalah teknis analisis korelasi product moment pearson. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dan kesepian pada remaja di panti asuhan dengan nilai koefisien korelasi  $-0,232$  dan nilai signifikansi sebesar  $0,003$  ( $p < 0,01$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi emosi maka semakin rendah tingkat kesepian pada remaja di panti asuhan, sebaliknya semakin rendah tingkat regulasi emosi maka semakin tinggi tingkat kesepian pada remaja di panti asuhan.*

**Kata Kunci:** Regulasi emosi, kesepian, remaja, panti asuhan