

**REGULASI EMOSI REMAJA BERPRESTASI DENGAN
LATAR BELAKANG ORANG TUA BERCERAI**

SKRIPSI

**OLEH
MURSINAH**



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI

BANJARMASIN

2022M/1443H

**REGULASI EMOSI REMAJA BERPRESTASI DENGAN
LATAR BELAKANG ORANG TUA BERCERAI**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Psikologi Islam

**Oleh :
Mursinah
1501451868**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
JURUSAN PSIKOLOGI ISLAM
BANJARMASIN**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Mursinah

NIM : 1501451868

Tempat dan Tanggal Lahir : Banjarmasin 26 Februari 1997

Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi saya yang berjudul:” Regulasi Emosi Remaja Berprestasi Dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai di SMPN 3 Gambut” adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebutkan sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya

Banjarmasin, 05 Juli 2022

Yang membuat pernyataan,



Mursinah

NIM. 1501451868



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Email: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id website www.pi.uin-antasari.ac.id

Jl. A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin KodePos 70235 Telp (0511) 3266593

Surat Keterangan Lulus Uji Plagiasi

Nomor: 1218/Un.14/III.3/PP.00.9/05/2022

Ketua Prodi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah:

Nama : Mursinah

NIM : 1501451868

Prodi : Psikologi Islam

Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Judul Karya Ilmiah : “Regulasi Emosi Remaja Berprestasi Dengan Latar Belakang Orang
Tua Bercerai di SMPN 3 Gambut”

Telah dinyatakan **lulus uji plagiasi** dengan Prosentase sebagaimana terlampir.

Demikian surat keterangan lulus uji plagiasi ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 24 Mei 2022

Menyetujui

**An. Ketua Program Studi Psikologi Islam
Sekretaris**



Yulia Hairina

PERSETUJUAN SKRIPSI
REGULASI EMOSI REMAJA BERPRESTASI DENGAN
LATAR BELAKANG ORANG TUA BERCERAI DI SMPN 3
GAMBUT

Dipersembahkan dan disusun oleh:

Mursinah
NIM. 1501451868

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dapat diajukan kepada Tim Penguji

Pembimbing I



Maimanah, M.Ag.
NIP. 197307212005012004

Pembimbing II



Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog
NIP. 198403182011012009

Mengetahui,
Ketua Jurusan Psikologi Islam



Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog
NIP. 198302152015032002

Tanggal. 24 Mei 2022

PENGESAHAN SKRIPSI

REGULASI EMOSI REMAJA BERPRESTASI DENGAN LATAR BELAKANG ORANG TUA BERCERAI

DIPERSEMBAHKAN DAN DISUSUN OLEH:

MURSINAH

NIM. 1501451868

Telah diajukan pada Tim Penguji

Pada : Hari Selasa, Tanggal 05 Juli 2022

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Dra. Mulyani, M.Ag (Ketua Penguji)	1. 
2. Shanty Komalasari, M.Psi.Psikolog (Penguji I)	2. 
3. Hj. Maimanah, M.Ag (Penguji II)	3. 
4. Yulia Hairina, M.Psi.Psikolog (Penguji III)	4. 
5. Muhammad Syafi'I, M.Ag (Notulis)	5. 

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin,



Abstrak

Mursinah, 1501451868. Regulasi emosi remaja berprestasi dengan latar belakang orang tua bercerai. Jurusan Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, 2021 Pembimbing : (I) Maimanah, M.Ag (II)Yulia Hairina, M.Psi.Psikolog

Kata kunci: Regulasi emosi, remaja berprestasi, orang tua bercerai

Setiap keluarga tidak luput dari persoalan dan dapat terjadi hal-hal yang tidak diinginkan, seperti perceraian. Perceraian sendiri sangat berdampak kepada kehidupan anak, khususnya pada psikologi anak, perceraian bisa saja berimbas kepada hal negatif yang mana akan menjadikan anak terjerumus kedalam pergaulan bebas, deperesi, kegagalan akademis, kenakalan remaja, dendam, sensitif, rendah diri dan sebagainya. Namun pada kenyataanya ada saja anak dari keluarga bercerai tetapi mampu untuk berprestasi dalam bidang akademiknya. Dalam penelitian ini peneliti menemukan dua orang remaja yang orang tuanya bercerai yang bersekolah namun mampu berprestasi di bidang akademik.

Pendekatan penelitian ini adalah kualitatif dengan teknik Studi Kasus. Penelitian ini meneliti dua orang subjek yang berinisial IM dan SS. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara. Metode analisis dari penelitian ini menggunakan reduksi data, penyajian data, pengambilan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang orang tuanya bercerai yang mampu meregulasi emosinya dengan benar akan menemukan sisi positif membuat mereka menjadi remaja berprestasi di bidang akademik. data hasil penelitian yang telah dipaparkan diketahui bahwa dalam penelitian ini terdapat 3 aspek yang digunakan untuk melihat gambaran regulasi emosi pada remaja berprestasi yang orang tuanya bercerai, yaitu aspek pemantauan, penilaian, dan perubahan. IM sendiri mengupayakan diri agar tidak terjerumus dalam hal yang negatif dengan cara berkumpul dengan teman-temannya yang bisa membuat subjek sejenak menghilangkan kesedihannya terhadap perceraian orang tuanya. Sedangkan SS lebih sering belajar dengan sepupu SS hingga membuat motivasi SS agar bisa berprestasi seperti sepupu subjek. Lalu faktor yang mempengaruhi regulasi emosi remaja berprestasi yang peneliti dapatkan adalah faktor pola asuh orang tua dan faktor lingkungan. Untuk faktor orang tua, mereka sama – sama tinggal dengan ibu, dan ibu mereka termasuk ibu yang memperhatikan anaknya, sehingga anak merasa ada dukungan dari orang tua walau pun mereka hanya memiliki satu orang tua. Sedangkan untuk faktor lingkungan mereka sama-sama positif.

Penelitian membuktikan bahwa tidak semua anak yang orang tua bercerai akan menjadi anak yang “naka”, penelitian ini menemukan bahwa 2 orang subjek yang memiliki latar belakang orang tua bercerai namun mampu mempunyai prestasi di bidang akademiknya jika remaja mampu meregulasi emosinya.

MOTO

Jangan pernah membandingkan kesuksesan orang lain

Karena proses orang berbeda beda

Yakini bahwa setiap orang akan ada masanya berada di titik teratas kesuksesan versi mereka saat waktunya tiba.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ،

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ

وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ. أَمَّا بَعْدُ

Dengan nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala Puja dan Puji syukur bagi Allah Tuhan semesta alam. Serta keselamatan dan kesejahteraan bagi Nabi Besar Muhammad Saw, keluarga, kerabat, sahabat, serta pengikut beliau hingga akhir zaman.

Segala puji bagi Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya. Shalawat senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW sebagai tauladan terbaik bagi umatnya. Alhamdulillah skripsi yang berjudul “REGULASI EMOSI REMAJA BEPRESTASI DENGAN LATAR BELAKANG ORANG TUA BERCERAI SMPN 3 GAMBUT” telah selesai dibuat. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi Islam.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada kedua orang tua dan saudara atas do'a, kasih sayang, tenaga dan materi yang telah diberikan dan tidak akan pernah tergantikan sampai kapanpun. Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini, khususnya kepada :

1. Bapak Dr.Dzikiri Nirwana, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora beserta staf, terimakasih telah berbaik hati untuk tidak mempersulit urusan untuk lulus.
2. Ibu Shanty Komalasari,M.Psi. Psikolog selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam, terimakasih telah membuat program agar membantu peneliti bisa menyelesaikan skripsi.
3. Ibu Maimanah, M,Ag Selaku dosen pembimbing I dan pembimbing akademik. Terima kasih telah sabar membimbing dan memotivasi sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Yulia Hairini, M.Psi. Psikolog selaku dosen pembimbing II. Terima kasih telah sabar dan memotivasi penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepada orang tua, khususnya Ibu (strong women, independent women, the best women) yang tidak pernah ada kata lelah memberi dukungan kepada peneliti hingga sekarang.
6. Kepada teman yang sama-sama berjuang menyelesaikan skripsi, terimakasih sudah berjuang bersama dan menjadi penguat sekaligus penyemangat saat mengerjakan skripsi.
7. Kepada teman teman Psikologi Islam 15 yang telah bersedia membantu untuk menjawab pertanyaan seputar skripsi.
8. Kepada organisasi telah memberi tambahan ilmu dan wawasan serta sudah menemani peneliti berproses saat diluar jam perkuliahan, sekaligus penghibur peneliti disaat sedang kelelahan mengerjakan skripsi.

9. Kepada kakak serta sepupu yang telah menghibur disaat sedang jenuh mengerjakan skripsi
10. Terimakasih juga kepada program P2SPI yang telah memberi kemudahan kami untuk bisa secepatnya menyelesaikan skripsi.
11. Terimakasih kepada perpustakaan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora yang telah bersedia menampung angkatan 15 untuk segera menyelesaikan skripsi kami, dan terimakasih ibu perpus yang tidak pernah memarahi kami saat ribut di dalam perpus, dan memperlakukan kami spesial sehingga hingga diperbolehkan membawa makanan saat kami mengerjakan skripsi, serta sabar menghadapi kami yang banyak tingkah ini.
12. Kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, karena dukungan dan pengertian mereka sehingga skripsi ini dapat selesai.

Peneliti menyadari dengan segala kemampuan dan keterbatasan yang dimiliki dalam penyusunan skripsi ini terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu peneliti mengucapkan maaf yang sebesar-besarnya. Mudah-mudahan penelitian ini dapat bermanfaat sebagaimana mestinya. Sekali lagi penulis ucapkan terimakasih untuk semua pihak yang sudah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Banjarmasin, 05 Juni 2022

Mursinah
1501451868

KATA PERSEMBAHAN

Skripsi ini peneliti persembahkan kepada orang-orang yang selalu bertanya kapan saya lulus.

Peneliti juga mempersembahkan kepada orang tua, khususnya untuk Ibu yang telah bersusah payah membesarkan saya hingga sekarang.

Selain itu Skripsi ini terinspirasi dari pengalaman pribadi peneliti. Yang mana tidak semua anak ***Broken Home*** akan menjadi anak yang dikategorikan negatif, jika kita bisa mengelola diri dengan baik maka insyaAllah semua akan berjalan dengan baik pula.

Semangat untuk anak-anak ***Broken Home***, kita hebat sudah berada di titik yang mana belum tentu semua orang mampu melewati seperti kita.

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lain lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Sesuai dengan Lampiran Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 158 Tahun 1987 dan Nomor: 0543 b/U/1987 tanggal 22 Januari 1988, sebagai berikut:

1. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	Ba'	B	Be
ت	Ta'	T	Te
ث	Ṣa'	Ṣ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ḥa'	Ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha'	H	ka dan ha

د	Dal	D	De
ذ	Ḍal	Ḍ	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra'		Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Ṣad	Ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	Ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa'	Ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Ẓa'	Ẓ	zet (dengan titik dibawah)
ع	‘Ain	‘	koma terbalik di atas
غ	Ghain	G	ge
ف	Fa'	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi

ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	‘el
م	Mim	M	‘em
ن	Nun	N	‘en
و	Wau	W	We
ه	Ha'	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Yā'	Y	Ye

2. Konsonan rangkap karena syaddah ditulis rangkap

متعقدين	Ditulis	<i>mut‘aqqin</i>
عدة	Ditulis	<i>‘iddah</i>

3. Ta’marbutah

a) Apabila dimatikan ditulis h.

هبة	Ditulis	<i>Hibbah</i>
جزية	Ditu	<i>Jizyah</i>

(ketentuan ini tidak diperlukan bagi kata-kata arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia, seperti salat, zakat dan sebagainya, kecuali dikehendaki lafal aslinya).

Bila diikuti dengan kata sandang “al” serta bacaanya kedua itu terpisah, maka ditulis dengan h.

كِرْمَة لِأُولِيَاء	Ditulis	<i>Karāamah al auliyā‘</i>
---------------------	---------	----------------------------

- b) Apabila ta’ marbutah hidup atau dengan harakat, fatha, kasrah dan dammah ditulis t.

زَكَاةُ الْفِطْرِ	Ditulis	<i>Zakātul-fitri</i>
-------------------	---------	----------------------

4. Vokal Pendek.

ـَ	Kasrah	Ditulis	
ـِ	Fathah	Ditulis	A
ـُ	Dammah	Ditulis	U

5. Vokal Panjang

1.	Fathah + alif - جا هِلِيَّة	Ditulis	ā - <i>jāhiliyyah</i>
2.	Fathah+ ya’mati - يَسْعَى	Ditulis	ā- <i>yas‘ā</i>
3.	Kasrah + ya’mati - كَرِيم	Ditulis	I - <i>karim</i>
4.	Dammah + wawu mati - فِرُوض	Ditulis	û - <i>furud</i>

6. Vokal Rangkap

1.	Fathah + ya’ mati - بَيْنَكُمْ	ditulis	ai- <i>Bainakum</i>
2.	Fathah + wawu mati قَوْل	ditulis	au- <i>Qaulun</i>

7. Vokal pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof

أَنْتُمْ	Ditulis	<i>ntum</i>
أَعْدَة	Ditulis	<i>u‘iddah</i>
لَنْ شَكَرْتُمْ	Ditulis	<i>la‘in syakartum</i>

8. Kata sandang alif + lam

- a) Apabila diikuti huruf Qomariyyah ditulis dengan menggunakan huruf “al”.

القرآن	Ditulis	<i>al-Qur‘ān</i>
القياس	Diulis	<i>al-Qiyās</i>

- b) Apabila diikuti huruf Syamsiyyah ditulis dengan menggunakan huruf Syamsiyyah yang mengikutinya, dengan menghilangkan huruf “al”nya.

السماء	Ditulis	<i>as-Samā</i>
الشمس	Ditulis	<i>sy-Syams</i>

9. Penulisan kata-kata dalam rangkaian kalimat

ذوي الفروض	Ditulis	<i>Żawi al-furud</i> atau <i>Żawil furud</i>
أهل السنة	Ditulis	<i>ahl as-sunnah</i> atau <i>ahlussunnah</i>

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	ii
BUKTI BEBAS PLAGIASI	iii
PERSETUJUAN SKRIPSI	iv
PENGESAHAN SKRIPSI	v
ABSTRAK.....	vi
MOTO.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
KATA PERSEMBAHAN	xi
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA	xii
DAFTAR ISI.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis	9
E. Definisi Istilah.....	9
1. Regulasi Emsoi	10
2. Remaja	11
3. Remaja Berprestasi	12
4. Orang Tua Bercerai.....	13
F. Penelitian Terdahulu	15
G. Sistemematika Penelitian	18

BAB II LANDASAN TEORI	19
A. Regulasi Emosi.....	19
1. Pengertian Regulasi Emosi	19
2. Proses Regulasi Emosi	20
3. Fungsi Regulasi Emosi.....	24
4. Aspek-Aspek Regulasi Emosi.....	24
5. Faktor-Faktor Regulasi Emosi	25
6. Regulasi Emosi Dalam Perspektif Islam.....	27
B. Remaja.....	29
1. Pengertian Remaja	29
2. Kategori Remaja.....	31
3. Perkembangan Emosi Pada Remaja.....	32
C. Remaja Berprestasi.....	34
1. Pengertian Remaja Berprestasi	34
2. Faktor – Fakor Berprestasi	36
D. Orang Tua Bercerai.....	37
1. Pengertian Perceraian.....	37
2. Faktor Yang Mempengaruhi Perceraian	38
3. Dampak Perceraian Pada Anak.....	40
E. Keragka Berfikir.....	43
BAB III METODE PENELITIAN.....	44
A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian.....	44
B. Lokasi Penelitian.....	44
C. Objek Dan Subjek Penelitian	45
1. Objek Penelitian.....	45
2. Subjek Penelitian.....	45
D. Data Dan Sumber Data.....	45
1. Data	45

2. Sumber Data.....	46
E. Teknik Pengumpulan Data.....	47
1. Wawancara.....	47
F. Teknik Pengolahan Data	48
G. Teknik Analisis Data.....	49
1. Reduksi Data	49
2. Penyajian Data	50
3. Pengambilan Kesimpulan.....	50
H. Prosedur Dalam Penelitian.....	51
1. Tahap Pendahuluan Dalam Penelitian	51
2. Tahap Persiapan Dalam Penelitian.....	51
3. Tahap Pelaksanaan	51
4. Tahap Analisis Data Dan Penyusunan Laporan.....	51
BAB IV PAPARAN DAN PEMBAHASAN DATA PENELITIAN	52
A. Tahap Penelitian.....	52
1. Tahapan Pelaksanaan Penelitian	52
2. Tahapan Penyelesaian Penelitian	54
3. Penyajian Data Penelitian	54
4. Profil Dan Deskripsi Subjek Penelitian.....	55
5. Identitas Informan	57
B. Data Hasil Penelitian.....	58
1. Latar Belakang Keluarga.....	58
2. Respon Emosi Saat Orang Tua Bercerai.....	64
3. Regulasi Emosi Yang Dilakukan	66
4. Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Emosi	70
5. Aspek Regulasi Emosi Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai.....	73
C. Pembahasan Hasil Penelitian	76
D. Keterbatasan Penelitian.....	88

BAB V PENUTUP.....	89
A. Kesimpulan	89
B. Saran.....	93
DAFTAR PUSTAKA	95
LAMPIRAN.....	99

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 wawancara subejek IM.....	51
Tabel 4.2 wawancara subjek SS.....	51
Tabel 4.3 wawancara Informan Guru BK.....	51
Table 4.4 Identitas Subjek.....	52
Tabel 4.5 Aspek Regulasi Emosi Remaja Berprestasi Terhadap Orang Tua Yang Bercerai	71

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Wawancara	-1-
Lampiran 2 Axial Coding.....	-51-
Lampiran 3 Riwayat Hidup	-85-