

ABSTRAK

Neng Fitriani : Hubungan Penerimaan Diri dengan Regulasi Emosi Pada Remaja akhir Pasca Putus Cinta

Masa remaja merupakan masa paling indah dalam fase kehidupan manusia, fase ini remaja akan mulai membentuk persahabatan dan menyukai lawan jenisnya sehingga mulai merasakan jatuh cinta. Berbicara mengenai jatuh cinta tentu juga berjalan searah dengan yang namanya putus cinta atau pemutusan hubungan. Pemutusan hubungan ini memiliki dampak yang berbeda-beda pada remaja, remaja yang belum stabil emosinya ketika mengalami pemutusan hubungan/putus cinta cenderung akan melakukan hal-hal *negative*, berbeda dengan remaja yang mampu mengatur emosinya dengan baik, bahkan ada sebagian remaja yang tidak menerima ketika mengalami putus cinta, oleh karena itu regulasi emosi dan penerimaan diri diperlukan bagi remaja yang mengalami putus cinta tersebut. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan perhitungan pearson karena datanya berdistribusi normal. Jumlah subjek penelitiannya sebanyak 116 orang dengan kriteria mahasiswa UIN SGD Bandung berusia 18-21 tahun (Remaja akhir) , pernah mengalami pemutusan hubungan/putus cinta, dan berasal dari daerah Pangandaran. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan regulasi emosi pada remaja akhir *pasca* putus cinta, semakin tinggi penerimaan diri seseorang maka semakin tinggi pula regulasi remaja tersebut.

Kata kunci : penerimaan diri, regulasi emosi, remaja akhir, putus cinta.