

**REGULASI EMOSI REMAJA PUTRI PASCA PUTUS CINTA
PADA SISWI SMK N 1 SANDEN, BANTUL**



Oleh :

**Nurul Jannah, S.Sos.I
NIM : 16020011008**

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

TESIS

**Diajukan Kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelar Master of Arts (MA)
Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies Konsentrasi Psikologi
Pendidikan Islam**

**YOGYAKARTA
2020**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **Nurul Jannah, S.Sos.I**
NIM : 1620011008
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 02 Desember 2020

nyatakan,

Nurul Jannah, S.Sos.I
NIM: 1620011008

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nurul Jannah, S.Sos.I
NIM : 1620011008
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 02 Desember 2020

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIDAGRA
YOGYAKARTA

menyatakan,
METERAI
LEMPER
6000
NURUL JANNAH, S.Sos.I
NIM: 1620011008



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-515/Un.02/DPPs/PP.00.9/12/2020

Tugas Akhir dengan judul : REGULASI EMOSI REMAJA PUTRI PASCA PUTUS CINTA PADA SISWI SMK N 1 SANDEN, BANTUL

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NURUL JANNAH, S.Sos.I.
Nomor Induk Mahasiswa : 1620011008
Telah diujikan pada : Jumat, 18 Desember 2020
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Moh. Mufid
SIGNED

Valid ID: 5ff10144df025



Penguji II

Dr. Eva Latipah, S.Ag., S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 5fe31f3181310



Penguji III

Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.
SIGNED

Valid ID: 5ff2a9b13adb4



Yogyakarta, 18 Desember 2020
UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana

Prof. Noorhaidi, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D.
SIGNED

Valid ID: 5ff42fee7748b

NOTA DINAS PEMBIMBING

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamu 'alaikum Wr.Wb

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**REGULASI EMOSI REMAJA PUTRI PASCA PUTUS CINTA
PADA SISWI SMK N 1 SANDEN, BANTUL**

yang ditulis oleh:

Nama : Nurul Jannah, S.Sos.I
NIM : 1620011008
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Master of Arts (M.A)

Wassalamu 'alaikum Wr.Wb

Yogyakarta, 02 Desember 2020
Pembimbing,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Dr. Eva Latipah, S.Ag., S.Psi., M.Si
NIP: 19780608 200604 2 032

ABSTRACT

Nurul Jannah “Emotional Regulation of Teenage Girl After Breakup Students of SMK N 1 Sanden Bantul”. Thesis. Yogyakarta: Interdisciplinary Islamic Studies Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2020.

The background of this research is the teenagers that usually faced with love. Love is a happy moment for them, but the teenagers will face with a lot of problem when they fall in love with someone. The teenagers which fall the broken heart will show some reaction that we see from psychology perspective: confused, shock, trauma until the teenagers feel rejection from themselves.

The purpose of this research is to detect the regulation emotion students of SMK N 1 Sanden after breakup and the factors which influence the students of SMK N 1 Sanden with regulation their emotion. In this research, the researcher used data analysis technique. The data analysis will begin with observe what made by researcher on emotional regulation of a teenager girl which used as descriptive data for analysis, data processing by writing the results data based on interviews and observation with the subjects and significant. This type of research is qualitative research.

The result of this research are indicate that : 1) Based on the four research subject that students of SMK N 1 Sanden regarding emotional regulation of girls after breakup consist of eight dimensions of regulation, they are : *Self-Blame, Blaming Other, Acceptance, Refocuses On Planning, Rumination Or Focuses On Thought, Positive Refocusing, Positive Reappraisal, Putting Into Perspective*. From the eight emotion of regulations according the theory only three dimension that based on their experienced by the subject. The dimension are : *Positive refocusing, Positif reappraisal, Putting into perspective*. 2) the individual factors are the main factors of the four subjects in regulating their emotions after breakup. Meanwhile, the relationship between parents/family and peer factors supports the four subjects in regulating their emotions after breakup.

Key Word: Emotion Regulation, Teenagers, Breakup

ABSTRAK

Nurul Jannah “Regulasi Emosi Remaja Putri Pasca Putus Cinta Pada Siswi SMK N 1 Sanden, Bantul”. Tesis. Yogyakarta: Interdisciplinary Islamic Studies Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2020.

Latar belakang penelitian ini adalah usia remaja cenderung akan berhadapan dengan percintaan. Percintaan adalah sesuatu yang indah dan menyenangkan, namun remaja akan berhadapan dengan berbagai masalah dalam percintaan bahkan remaja akan mengalami putus cinta. Remaja yang mengalami putus cinta akan menunjukkan beberapa reaksi dilihat dari sudut pandang psikologi seperti : pikiran kacau, shock, trauma hingga remaja akan mengalami penolakan terhadap diri sendiri.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui regulasi emosi siswi SMK N 1 Sanden pasca putus cinta serta faktor-faktor yang mempengaruhi siswi SMK N 1 Sanden dalam meregulasi emosinya. Dalam penelitian ini, menggunakan tehnik analisis data. Analisis data akan dimulai dari pengamatan yang dilakukan peneliti terhadap regulasi emosi pada seorang remaja putri yang kemudian dijadikan sebuah data deskriptif untuk kemudian dianalisis, pengolahan data dilakukan dengan cara penulisan data-data hasil penelitian berdasarkan wawancara mendalam dan observasi dengan subjek dan significant other. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) Berdasarkan empat subjek penelitian siswi SMK N 1 Sanden mengenai regulasi emosi remaja putri pasca putus cinta terdiri dari delapan dimensi regulasi emosi yaitu: *Self blame, Blaming other, Acceptance, Refocus on Planning, Rumination or focus on thought, Positive refocusing, Positif reappraisal, Putting into perspective*. Dari kedelapan regulasi emosi menurut teori hanya tiga dimensi yang dialami keempat subjek secara bersamaan. Dimensi itu adalah : *Positive refocusing, Positif reappraisal, Putting into perspective*. 2) Faktor Individu lah yang menjadi faktor utama keempat subjek dalam meregulasi emosinya pasca putus cinta. Sedangkan faktor hubungan orang tua / keluarga dan faktor teman sebaya menjadi pendukung keempat subjek dalam meregulasi emosinya pasca putus cinta.

Kata kunci: Regulasi Emosi, Remaja, Putus Cinta

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan hidayah serta inayah-Nya yang senantiasa mengalir tiada henti. Shalawat serta salam semoga tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman jahiliyyah ke zaman yang terang benderang seperti yang telah kita rasakan.

Dalam penyusunan tesis ini dengan sadar bahwa tersusunnya tugas akhir ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, di dalam kata pengantar ini peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tiada tara kepada:

Bapak Prof. Dr. Phil Al Makin, MA selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Bapak Prof. Noorhaidi, M.A. M.Phil. Ph.D selaku Direktur Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta serta ibu Dr. Nina Mariani Noor, SS., MA selaku koordinator program studi *Magister* (S2) beserta jajarannya. Demikian juga ibu Dr. Eva Latipah, S.Ag., S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing peneliti. Terima kasih banyak atas bimbingan, masukan dan arahan dalam proses menyelesaikan penyusunan tesis ini dari awal sampai terselesaikannya karya ini.

Tidak lupa kepada SMK N 1 Sanden Bantul Drs. Slamet Raharjo, M.Pd. yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini. Dan juga kepada seluruh guru dan karyawan yang bersikap ramah dan memberikan arahan kepada peneliti selama bertugas di lapangan.

Ucapan terima kasih yang tiada tara untuk ayahanda tercinta papa Syarmuhdi dan ibunda tercinta mama Sarinah yang senantiasa memberikan doa dan

dukungan selama ini untuk terus melangkah dan berusaha untuk mencapai apa yang menjadi cita-cita peneliti. Tak lupa juga untuk suamiku tersayang Miftahul Huda A.Md.T terimakasih telah menjadi motivasi terbesar peneliti dalam menyelesaikan tesis. Untuk adikku tersayang Imroatul Jannah dan Khoirun Nikmatur Rohmah yang telah memberikan semangat dan dukungan dalam mengerjakan tesis ini hingga selesai. Serta saudara – saudara tercinta yang tidak disebutkan satu persatu.

Kepada teman-teman seperjuangan di kelas Psikologi Pendidikan Islam Non Reguler tahun 2016, terima kasih atas kebersamaan, semangat dan dukungan kalian selama ini. Tak lupa peneliti ucapkan kepada Sista, Konco Kenthel, teman-teman Pekerja Sosial Dinas Sosial Daerah Istimewa Yogyakarta serta teman-teman yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih atas persaudaraan dan perhatiannya pada peneliti dalam menyelesaikan tesis ini.

Akhirnya peneliti hanya bisa berharap kepada Allah semoga kebaikan tersebut dijadikan sholeh serta diberikan balasan yang berlipat oleh Allah SWT. Semoga tesis ini bermanfaat khususnya bagi peneliti dan para pembaca pada umumnya.

Yogyakarta 03, Desember 2020

Penulis,

Nurul Jannah, S.Sos.I

NIM: 162001100

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	ii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
PENGESAHAN	iv
PERSETUJUAN TIM PENGUJI UJIAN TESIS	v
NOTA DINAS PEMBIMBING	vi
ABSTRACT	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian dan Kegunaan Penelitian	5
D. Tinjauan Pustaka	6
E. Metode Penelitian.....	11
F. Sistematika Pembahasan	15
BAB II : KERANGKA TEORITIS	17
A. Regulasi Emosi.....	17
B. Pacaran.....	25
C. Seksual Remaja	27
D. Putus Cinta.....	32
BAB III : GAMBARAN UMUM SMK N 1 SANDEN	36
A. Orientasi Kanchah.....	36
B. Keadaan Sekolah.....	37
C. Siswi SMK N 1 Sanden yang Mengalami Putus Cinta.....	41

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
A. Hasil Penelitian	44
B. Pembahasan	62
BAB V : PENUTUP	68
A. Kesimpulan.....	68
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN- LAMPIRAN	73
CURRICULUM VITAE	116



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

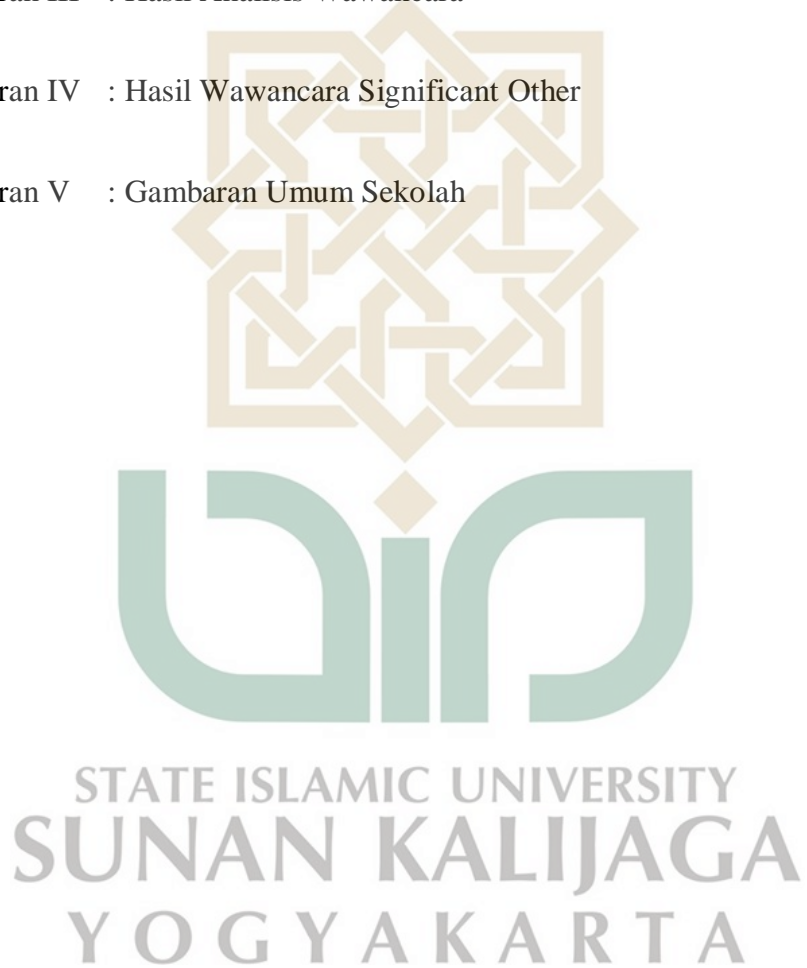
Lampiran I : Guide Wawancara Semi Terstruktur

Lampiran II : Hasil Wawancara

Lampiran III : Hasil Analisis Wawancara

Lampiran IV : Hasil Wawancara Significant Other

Lampiran V : Gambaran Umum Sekolah



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap manusia berkembang melalui beberapa tahap kehidupan yang saling mempengaruhi satu dengan yang lainnya. Perkembangan manusia secara umum dijabarkan dalam beberapa periode. Periode pertama di sebut sebagai masa kanak-kanak dimana periode ini meliputi periode pranatal, masa bayi, masa kanak-kanak awal, serta masa kanak-kanak pertengahan dan akhir. Periode kedua, masa remaja dalam periode ini sebagai periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Periode ketiga adalah dewasa.¹ Dari ketiga perkembangan manusia yang telah dijelaskan diatas, ada salah satu tahapan yang memiliki pengaruh besar dalam kehidupan yakni remaja.

Istilah remaja atau *adolescens* berasal dari kata latin (kata bendanya, *adolescens* yang berarti remaja) yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Secara tradisional masa remaja merupakan masa disaat ketegangan emosi meninggi sebagai akibat perubahan fisik dan kelenjar. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13 tahun sampai 16 atau 17 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun, yaitu usia matang secara hukum. Batasan antara masa remaja awal dengan masa remaja akhir adalah ketika remaja memasuki masa sekolah menengah atas, yaitu kira-kira 16 tahun atau 17 tahun. Remaja dilihat dari konteks sosio-historis sebagai periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional.²

¹ Santrock, *Remaja* (Jakarta: Erlangga, 2007), 19-20.

² *ibid.*

Pada fase perkembangan remaja umumnya terjadi perkembangan yang sangat pesat pada kognitif, fisik, kematangan seksual, dan emosional. Masa remaja dianggap sebagai periode “badai dan tekanan” yaitu suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan hormonal. Tidak semua remaja mengalami periode ini, tetapi periode ini cenderung berkurang ketika berakhirnya masa remaja awal. Pada dasarnya, pola emosi anak-anak dan remaja tidak jauh berbeda seperti marah, takut, cemburu, serba ingin tahu, iri hati, gembira, sedih dan kasih sayang (Hurlock, 1980).

Menurut Santrock (2003) pubertas adalah perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal yang terutama terjadi selama remaja awal. Kata lain pubertas berarti mendapatkan pubes atau rambut kemaluan, yaitu suatu tanda kelamin sekunder yang menunjukkan perkembangan seksual. Pada umumnya masa pubertas terjadi antara 12-16 tahun pada anak laki-laki dan 11-15 tahun pada anak perempuan. Jadi, pemaksaan seksual mudah terjadi sebelum masa remaja, namun manifestasi daripada nampak pada usia antara 13-14 tahun. Perubahan psikoseksual ditandai dengan timbulnya perubahan seksual, seperti keinginan untuk berfantasi seksual, dan timbul dorongan untuk melakukan hubungan seksual dengan lawan jenis.

Menurut Sulaiman (2007), remaja cenderung akan berhadapan dengan percintaan. Percintaan adalah suatu yang indah dan menyenangkan, namun remaja akan berhadapan dengan berbagai masalah. Menurut Amalia (2008) permasalahan remaja sangatlah kompleks, diambil contoh pada masa-masa pacaran, dimana kurangnya kedewasaan dan toleransi dengan pasangan yang menyebabkan banyaknya konflik dan masalah percintaan anak remaja. Untuk bisa mengetahui karakter pasangannya apakah cocok atau tidak, subjek bisa mencarinya dengan mencari unsur elemen dan kepribadian diri sendiri dan pasangan subjek. Setelah itu, subjek harus mencari unsur

keharmonisan antara subjek dengan pasangan subjek sehingga tercipta keselarasan, namun semua proses tersebut tidak selalu berjalan mulus pada kebanyakan remaja.

Faktor yang sering menimbulkan masalah emosi pada masa remaja menurut Ali adalah hubungan cinta dengan lawan jenis. Pada remaja tengah (15-18 tahun), biasanya remaja benar-benar mulai jatuh cinta atau sering di sebut dengan pacaran. Pacaran secara bahasa berarti saling mengasihi atau saling mengenal, dalam pengertian luas pacaran berarti upaya mengenal karakter seseorang yang dicintai dengan cara tatap muka.³ Pacaran dalam arti lain adalah pertemuan rutin dengan kekasih untuk menumpahkan segala hasrat dengan berbagai bumbu tertentu seperti berpegangan tangan, saling pandang, bergandengan tangan, berciuman, dan berpelukan hingga hubungan seksual.⁴

Gangguan emosional yang mendalam dapat terjadi ketika cinta remaja tidak terjawab atau karena pemutusan hubungan cinta dari satu pihak sehingga dapat menimbulkan kecemasan bagi orang tua dan bagi remaja itu sendiri. Oleh karenanya, seorang remaja perlu memiliki ketrampilan mengelola emosi atau regulasi emosi, sehingga nantinya remaja tidak akan mengalami gangguan emosional.⁵ Regulasi emosi menurut Grenberg (dalam Anisah,2015) mendefinisikan regulasi emosi sebagai suatu proses untuk menilai, mengatasi, mengelola dan mengungkapkan emosi yang tepat dalam rangka mencapai keseimbangan emosional.

Seseorang tidak hanya memiliki emosi, tetapi juga perlu mengatur emosi mereka, dalam arti mereka perlu mengambil sikap terhadap emosi mereka dan menerima konsekuensi dari tindakan emosional mereka.⁶ Setiap orang memerlukan

³ Abu Al Ghifari, *Gelombang Kejahatan Seks Remaja Modern*, (Bandung: Mujahid Press, 2003), 91.

⁴ Abu Al Ghifari, *Remaja Korban Mode*, (Bandung: Mujahid Press, 2003), 84.

⁵ Ali, M dan Asrori M, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), 56.

⁶ Fried Leanne, "Teaching Teachers about Emotion Regulation in the Classroom," *Australian Journal of Teacher Education* 36, iss 3(July 2019).

regulasi emosi, menurut pandangan evolusioner regulasi emosi sangat diperlukan karena beberapa bagian dari otak manusia menginginkan untuk melakukan sesuatu pada situasi tertentu, sedangkan bagian lainnya menilai bahwa rangsangan emosional ini tidak sesuai dengan situasi saat itu, sehingga membuat individu melakukan sesuatu yang lain atau tidak melakukan sesuatu pun.⁷

Remaja yang dapat mengendalikan emosinya dapat mendatangkan kebahagiaan bagi mereka, hal ini dinyatakan oleh Garrison bahwa kebahagiaan seseorang dalam hidup ini bukan karena tidak adanya bentuk-bentuk emosi dalam dirinya, melainkan kebiasaannya memahami dan menguasai emosi.⁸ Proses pengendalian emosi ini disebut sebagai proses regulasi emosi. Regulasi emosi merupakan cara individu untuk menentukan emosi apa yang dirasakan, kapan emosi tersebut dirasakan dan bagaimana mengekspresikan dan mengetahui emosi tersebut.

Ketika remaja mengalami putus cinta, biasanya yang terjadi adalah sesak terasa didalam dada, nafsu makan yang berkurang, tidak ingin berbicara dan tentunya menangis. Tidak heran apabila remaja yang putus cinta akan merasakan kesedihan, serta kekecewaan yang mendalam dan berujung pada tindakan-tindakan negatif seperti bolos sekolah, mengurung diri di kamar, stres, kehilangan semangat, merokok, meminum minuman keras, bahkan adapula yang melakukan bunuh diri.

Ada beberapa gambaran reaksi putus cinta di tinjau dari sudut psikologi, dalam teori (Yuwanto 2011)⁹ diantaranya:

a) Shock

Menggambarkan kondisi kaget atau merasa tidak menduga.

⁷ Gross ,J.J , *Emotion and Emotion Regulation Theory and research* , (2nd edition) (p. 525-552), Guilford, New York, Guilford Publications.

⁸ Mappiare,A, *Psikologi Remaja* , (Surabaya:Usaha Nasional), 34.

⁹ Pingkan C.B. Rumondor, *Gambaran Proses Putus Cinta Pada Wanita Dewasa Muda*, studi kasus Humaniora (Jakarta) Vol. 4, No. 1 April 2019.

b) Encounter Reaction

Bentuk reaksi ini merupakan kelanjutan dari sock, yang memiliki ciri-ciri pikiran kacau, sedih tidak percaya, merasa tidak berdaya, merasa tidak berguna, merasa kehilangan.

c) Retreat

Reaksi penolakan. Individu yang mengalami putus cinta biasanya akan memiliki penolakan jika dirinya telah mengalami putus cinta.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana siswi SMK N 1 Sanden meregulasi emosinya pasca putus cinta?
2. Faktor-faktor apa yang mempengaruhi regulasi emosi siswi SMK N 1 Sanden?

C. Tujuan Penelitian dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan dari penelitian ini adalah

- a) Mengungkap proses regulasi emosi pada siswi SMK N 1 Sanden pasca putus cinta.
- b) Mengungkap faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi siswi SMK N 1 Sanden pasca putus cinta. pada remaja putri saat menghadapi masalah percintaan.

2. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara akademis maupun praktis.

a) Kegunaan Akademis

- 1) Untuk memberikan sumbangan pemikiran bagi semua tentang kontribusi psikologi perkembangan remaja mengenai regulasi emosi pada remaja putri saat menghadapi masalah pasca putus cinta.

2) Untuk menambah keilmuan dan wawasan bagi peneliti pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

b) Kegunaan Praktis

Diharapkan dapat memberikan masukan untuk orang tua maupun para pendidik dalam mengetahui proses-proses perkembangan emosi pada remaja dan faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi pada remaja, sehingga dapat memberi masukan untuk mengembangkan strategi pembinaan pada remaja.

D. Tinjauan Pustaka

Kajian pustaka di dalam penelitian ini didasarkan pada (1) hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dan mendukung kajian teori di dalam penelitian yang telah dilakukan (2) didasarkan pada teori-teori dari sumber yang dapat menjelaskan rumusan masalah yang telah ditetapkan. Di bawah ini, adalah uraian beberapa hasil penelitian terdahulu yang dianggap relevan untuk kemudian di analisis, dan di kritisi di lihat dari pokok permasalahan, teori dan metode sehingga dapat diketahui letak perbedaannya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis.

Penelitian *pertama*, di teliti oleh Amelia Aldo Susan, Nolen-Hoeksema Susanne Schweizer,¹⁰ mendapatkan hasil memeriksa hubungan antara enam strategi pengaturan emosi (penerimaan, penghindaran, pemecahan masalah, penilaian ulang, ruminasi, dan penekanan) dan gejala empat psikopatologi (kegelisahan, depresi, makan, dan gangguan terkait zat). Peneliti menggabungkan 241 ukuran efek dari 114 studi yang meneliti hubungan antara regulasi emosi disposisi dan psikopatologi. Peneliti berfokus pada regulasi emosi disposisi untuk menilai pola respons terhadap emosi dari waktu ke

¹⁰ Amelia Aldo Susan, "Emotion regulation strategies across psychopathology" 30 (March 2010), Amelia Aldo Susan, Nolen-Hoeksema Susanne Schweizer, Volume 30, Issue 2, March 2010, Pages 217–237, Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. (accessed July 4, 2019).

waktu. Pertama, kami memeriksa hubungan antara masing-masing strategi regulasi dan psikopatologi di empat gangguan tersebut. Peneliti menemukan ukuran efek yang besar untuk ruminasi, medium sampai besar untuk penghindaran, pemecahan masalah, dan penekanan, dan kecil hingga menengah untuk penilaian ulang dan penerimaan. Hasil ini mengejutkan, mengingat keunggulan penilaian ulang dan penerimaan dalam model perawatan, seperti terapi perilaku kognitif dan perlakuan berbasis penerimaan.

Kedua, kami memeriksa hubungan antara masing-masing strategi peraturan dan masing-masing dari keempat kelompok psikopatologi. Kami menemukan bahwa gangguan internalisasi lebih konsisten dikaitkan dengan strategi peraturan daripada gangguan eksternalisasi. Terakhir, banyak analisis kami menunjukkan bahwa apakah sampel berasal dari populasi klinis atau normatif yang secara signifikan memoderasi hubungan. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya mengadopsi pendekatan multi sampel terhadap studi psikopatologi.

Penelitian sebelumnya membahas tentang hubungan antara enam strategi pengaturan emosi dan empat gejala psikopatologi, yang berfokus pada regulasi emosi disposisi untuk menilai pola respons terhadap emosi dari waktu ke waktu. Dihasilkan bahwa gangguan internalisasi lebih konsisten dikaitkan dengan strategi peraturan gangguan eksternalisasi. Sedangkan, penelitian yang akan saya teliti adalah regulasi emosi remaja putri setelah patah hati. Penelitian sebelumnya akan membantu peneliti dalam mengetahui bentuk-bentuk pengaturan emosi, untuk mengetahui emosi mana yang lebih cenderung dimiliki responden dalam meregulasi emosi saat terjadi putus cinta.

Penelitian *kedua*, di teliti oleh Antono Suryoputro, Nicholas J. Ford, Zahroh Shaluhayah,¹¹ mengatakan bahwa: Remaja Indonesia saat ini sedang mengalami peningkatan kerentanan terhadap berbagai ancaman risiko kesehatan terutama yang berkaitan dengan kesehatan seksual dan reproduksi termasuk peningkatan ancaman dari HIV/AIDS. Artikel ini membahas temuan penelitian yang dilakukan pada kurun waktu 2003-2004 terhadap remaja perkotaan di Jawa Tengah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui berbagai faktor yang berpengaruh terhadap perilaku seksual remaja dan kebutuhan akan layanannya, dalam rangka memberikan arahan kebijakan untuk meningkatkan layanan kesehatan seksual dan reproduksi remaja.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian penjelasan (*explanatory research*) dengan pendekatan belah lintang, melibatkan 2000 sampel remaja perkotaan usia 18-24 tahun yang berasal dari dua latar belakang sosial demografi yang berbeda di Propinsi Jawa Tengah. Masing-masing 1000 sampel diambil secara acak dari populasi kaum remaja yang bekerja dengan pendapatan rendah di pabrik, dan populasi kaum remaja kelas menengah dari para mahasiswa di perguruan tinggi. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan metode survei (wawancara dan angket / *self administered*). *Teori Social Learning* digunakan sebagai kerangka kerja analisis penelitian ini.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum pola risiko terhadap kesehatan seksual dan reproduksi pada remaja relatif rendah dibandingkan dengan negara lain. Hal ini diantaranya berhubungan dengan adanya karakter budaya di Jawa Tengah yang positif. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa faktor percaya diri merupakan faktor pengaruh yang paling kuat terhadap perilaku seksual remaja. Pengembangan kebijakan dan program yang mendatang seyogyanya ditujukan untuk

¹¹ Antono Suryoputro, Nicholas J. Ford, Zahroh Shaluhayah, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seksual Remaja Di Jawa Tengah : Implikasinya Terhadap Kebijakan dan Layanan Kesehatan Seksual dan Reproduksi," jurnal Makara, Kesehatan, Vol. 10, No. 1, Juni 2006: 29-40.

mempertahankan nilai dan norma yang positif dari remaja, dengan meningkatkan rasa percaya diri mereka melalui layanan dan pendidikan kesehatan seksual dan reproduksi yang berbasis pada sekolah.

Dalam penelitian ini, peneliti menyebutkan bahwa faktor percaya diri merupakan faktor pengaruh yang paling kuat terhadap perilaku seksual remaja. Sedangkan, yang akan peneliti tulis adalah tentang regulasi emosi remaja putri setelah patah hati. Dari hasil penelitian yang ditulis oleh Suryoputro, dkk ini akan membantu penulis dalam melihat faktor-faktor apa saja yang dapat mempengaruhi proses regulasi emosi pada remaja.

Penelitian *ke tiga*, milik (Ulfah, 2016) mengenai remaja yang mengalami putus cinta. Dalam penelitian didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa semakin tinggi kematangan emosi seseorang maka semakin tinggi pula kebahagiaan yang dimiliki ketika menghadapi adanya perpisahan dalam suatu hubungan. Disebutkan pula bahwa seseorang yang mengalami putus cinta dapat menimbulkan dampak negatif pada dirinya seperti sedih berkelanjutan hingga depresi. Hal ini dikarenakan ia tidak memiliki kebahagiaan dan dijelaskan apabila kebahagiaan disebabkan oleh adanya kematangan emosi.¹²

Penelitian *ke empat*, milik (Sri dan Agus, 2016) meneliti 81 remaja yang mengalami kegagalan cinta menyatakan bahwa semakin tinggi perasaan mengenai kegagalan cinta, maka semakin tinggi pula tingkat depresinya. Remaja tersebut mengalami depresi ringan yang ditandai oleh kesedihan, harga diri rendah, rasa

¹² Ulfah, D. (2016). Kematangan emosi dan kebahagiaan remaja putus cinta. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 92–99.

bersalah, putus asa, kemurungan, kelesuan, dan tidak memiliki gairah hidup. Hal ini disebabkan karena emosi yang labil, frustrasi, dan kekecewaan yang mendalam.¹³

Penelitian *ketiga*, di teliti oleh Purwatomoko Pandaming Tyas,¹⁴ di ketahui hasilnya berupa Remaja akhir saat mengalami putus cinta ada yang mampu mengontrol emosinya dan ada yang kurang mampu mengontrol emosi. Remaja akhir yang mampu mengontrol tidak mengalami stres dan mampu menjalani kehidupan sosialnya dengan baik. Berbeda dengan remaja akhir yang kurang mampu mengontrol emosinya, terlebih-lebih bagi remaja akhir saat berpacaran sudah melakukan hubungan seks ada perasaan benci dan marah atas keputusan hubungan oleh pasangannya. Tujuan dari penelitian ini adalah memahami strategi dan dinamika psikologis regulasi emosi pasca putus cinta pada remaja tahap akhir. Gejala yang menjadi fokus penelitian, yaitu regulasi emosi pada remaja tahap akhir. Ciri-ciri yang dijadikan responden, yaitu: (1) Remaja akhir dengan rentang umur 18 – 21 tahun. (2) Remaja tersebut pernah atau sedang mengalami putus cinta. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini yaitu wawancara.

Kesimpulan hasil penelitian, yaitu: (1) Regulasi emosi pasca putus cinta pada remaja tahap akhir yang positif berjumlah 7 subjek dan regulasi negatif satu subjek. (2) Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi pasca putus cinta pada remaja tahap akhir, yaitu: (a) jenis kelamin, laki-laki dipengaruhi oleh sikap dan logika bahwa berpacaran dapat putus karena sudah tidak sesuai lagi. Subjek mampu menerima kenyataan, putus cinta cari lagi karena subjek tidak mau terbebani masalah cinta. Subjek laki-laki lebih mengutamakan kognitif dibandingkan emosinya. Sedangkan

¹³ Sri, M., & Agus, A. (2016). Hubungan kegagalan cinta dengan terjadinya kejadian depresi pada remaja. *LPPM Akes Rajekwesi Bojonegoro*, 7(2), 23–26

¹⁴ Purwatomoko Pandaming Tyas, (2012).

perempuan lebih mengutamakan emosinya daripada logikanya. (b) Kognitif, subjek mampu mengendalikan respon emosi negatifnya dan tidak melakukan perbuatan yang merugikan dirinya. Subjek mampu mengendalikan emosinya sehingga ia tidak larut dalam kesedihan. (c) Kepribadian: subjek yang memiliki ciri-ciri sensitif, moody, suka gelisah, sering merasa cemas, panik, harga diri negatif, kurang dapat mengontrol diri dan tidak memiliki kemampuan coping yang efektif terhadap stres cenderung memiliki regulasi emosi negatif, atau sebaliknya.

Penelitian sebelumnya membahas tentang regulasi emosi pasca putus cinta pada remaja tahap akhir. Dalam penelitian tersebut memiliki tujuan memahami strategi dan dinamika psikologis regulasi emosi pasca putus cinta pada remaja tahap akhir, yang difokuskan pada remaja akhir dengan rentang umur 18 – 21 tahun dan remaja tersebut pernah atau sedang mengalami putus cinta. Hasil yang di dapatkan berupa subjek laki-laki lebih mengutamakan kognitif dibandingkan emosinya. Sedangkan perempuan lebih mengutamakan emosinya daripada logikanya. Sedangkan, penelitian yang akan saya teliti lebih terfokus kepada regulasi emosi tahap remaja tengah, dan subjek penelitian kepada remaja perempuan. Jadi, penelitian sebelumnya akan membantu peneliti dalam mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi regulasi putus cinta dilihat dari teori-teorinya.

E. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian studi kasus ini menggunakan penelitian pendekatan kualitatif. Menurut Poerwandari (1998) penelitian kualitatif adalah penelitian yang menghasilkan dan mengolah data yang sifatnya deskriptif, seperti transkripsi wawancara, catatan lapangan, gambar, foto rekaman video dan lain-lain. Dalam penelitian kualitatif perlu menekankan pada pentingnya kedekatan dengan orang-orang dan situasi

penelitian, agar peneliti memperoleh pemahaman jelas tentang realitas dan kondisi kehidupan nyata (Patton dalam Poerwandari, 1998).

2. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dimulai tanggal 24 Februari 2019 di Sekolah SMK N 1 Sanden dari jam 09.00 – 15.30 WIB. Peneliti langsung melakukan wawancara kepada subjek diawali dengan pembicaraan ringan berupa menanyakan kegiatan sehari-hari dan kegiatan akademik subjek, kemudian melakukan wawancara inti kepada empat subjek, dengan perbedaan jangka waktu satu jam antara subjek A, B, C dan D.

Jumlah subjek pada penelitian ini adalah empat orang, berjenis kelamin perempuan, pernah mengalami putus cinta dan berstatus sebagai pelajar SMK N 1 Sanden. Pada penelitian ini, peneliti menjaga kerahasiaan identitas subjek apabila diinginkan penyamaran nama, sekolah maupun alamat. Wawancara telah dilaksanakan dan mendapatkan data yang sudah lengkap. Namun, pada tanggal 13 September 2019 peneliti melakukan klarifikasi ulang kepada Guru BK guna melengkapi data-data yang sudah masuk sebelumnya.

3. Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini, karakteristik subjek adalah Sebagai berikut : Subjek penelitian ini adalah remaja putri berusia antara 16-18 tahun yang sudah pernah merasakan putus cinta, pendidikan terakhir Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama, belum menikah, dan sedang melanjutkan pendidikan di Sekolah Menengah Tingkat Atas / Sederajat. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 4 orang.

Pemilihan subjek utama dalam penelitian ini dikategorikan kedalam empat kelompok individu yaitu: pertama, subjek yang pernah merasakan putus cinta tiga kali. Kedua, subjek yang pernah merasakan putus cinta lima kali. Ketiga, subjek

yang merasakan putus cinta dua kali. Keempat, subjek yang baru merasakan putus cinta satu kali.

Signifikan other dalam penelitian ini adalah guru BK SMK N 1 Sanden.

4. Teknik Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan beberapa teknik. Teknik pengumpulan data utama adalah wawancara. Adapun observasi dan dokumentasi sebagai pendukung dan pelengkap dalam pengumpulan data. Hal itu dimaksudkan agar memperoleh data yang dibutuhkan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

Waktu pengambilan data bertepatan pada penambahan jadwal belajar atau ekstrakurikuler subjek. Sehingga penelitian dilakukan setelah selesai ekstrakurikuler sekolah pada pukul 09.00-15.30 secara bergantian.

Dalam memudahkan mencari informasi, penulis akan menggunakan beberapa analisis data di antaranya yaitu:

a. Wawancara

Dari proses wawancara ini peneliti dapat mengkonstruksi hasil penelitiannya dalam bentuk dialog, narasi dan juga argumentasi. Wawancara ini peneliti gunakan untuk mencari informasi tentang bagaimana siswi dalam meregulasi emosinya pasca putus cinta? Serta apa saja faktor yang mempengaruhi siswi dalam meregulasi emosinya. Pertanyaan tersebut selanjutnya akan dikembangkan melalui pertanyaan-pertanyaan dengan pedoman wawancara. Pada saat wawancara dengan subjek dilakukan secara bergantian.

Kendala utama dalam wawancara adalah, tempat yang tidak kondusif karena bersebelahan dengan lapangan sepakbola. Subjek beberapakali melihat

keluar pintu, untuk sekedar melihat temannya yang sedang ekstrakurikuler. Akhirnya pintu kelas di tutup, subjek kembali focus mendengarkan dan menjawab pertanyaan dari peneliti.

b. Observasi

Kegiatan observasi dilakukan untuk mengamati dan meneliti tentang bagaimana siswi SMK N 1 Sanden meregulasi emosinya pasca putus cinta dan faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi siswi SMK N 1 Sanden.

c. Dokumentasi

Peneliti mendokumentasi hasil wawancara dengan subjek menggunakan alat perekam. Sebelum peneliti merekam, peneliti meminta izin kepada subjek untuk menggunakan alat perekam saat wawancara berlangsung. Alat perekam yang berguna sebagai alat bantu pada saat wawancara, agar peneliti dapat berkonsentrasi pada proses pengambilan data tanpa harus berhenti untuk mencatat jawaban-jawaban dari subjek.

5. Analisis Data

Peneliti mendapatkan data langsung dari subjek melalui wawancara mendalam (*indepth inteviewer*), dimana data tersebut direkam dengan tape recoeder dibantu alat tulis lainnya. Kemudian dibuatkan transkripnya dengan mengubah hasil wawancara dari bentuk rekaman menjadi bentuk tertulis secara verbatim. Data yang telah didapat dibaca berulang-ulang agar peneliti mengerti benar data atau hasil yang telah di dapatkan.

Selanjutnya peneliti mengelompokan berdasarkan kategori, tema dan pola jawaban. Pada tahap ini dibutuhkan pengertian yang mendalam terhadap data, perhatian yang penuh dan keterbukaan terhadap hal-hal yang muncul di luar apa yang ingin digali. Berdasarkan kerangka teori dan pedoman wawancara, peneliti

menyusun sebuah kerangka awal analisis sebagai acuan dan pedoman dalam melakukan *coding*. Dengan pedoman ini, peneliti kemudian kembali membaca transkrip wawancara dan melakukan *coding*, melakukan pemilihan data yang relevan dengan pokok pembicaraan.

Data yang relevan diberi kode dan penjelasan singkat, kemudian dikelompokkan atau dikategorikan berdasarkan kerangka analisis yang telah dibuat. Pada penelitian ini, analisis dilakukan terhadap sebuah kasus yang diteliti. Peneliti menganalisis hasil wawancara berdasarkan pemahaman terhadap hal-hal diungkapkan oleh subjek. Data yang telah dikelompokkan tersebut oleh peneliti dicoba untuk dipahami secara utuh dan ditemukan tema-tema penting serta kata kuncinya. Sehingga peneliti dapat menangkap pengalaman, permasalahan, dan dinamika yang terjadi pada subjek.

Setelah kategori pola data tergambar dengan jelas, peneliti menguji data tersebut terhadap asumsi yang dikembangkan dalam penelitian ini. Pada tahap ini kategori yang telah didapat melalui analisis ditinjau kembali berdasarkan kerangka teori yang telah dijabarkan dalam bab II, sehingga dapat dicocokkan apakah ada kesamaan antara kerangka teori dengan hasil yang dicapai. Walaupun penelitian ini tidak memiliki hipotesis tertentu, namun dari kerangka teori dapat dibuat asumsi-asumsi mengenai hubungan antara konsep-konsep dan faktor-faktor yang ada.

F. Sistematika Pembahasan

Dalam penelitian ini, akan dibahas tentang sistematika penulisan untuk mempermudah bagi pembaca.

Bagian awal, akan membahas tentang pendahuluan, pada bab ini dikemukakan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Bagian kedua, akan membahas tentang teori-teori yang melandasi permasalahan tesis. Pada bab ini berisi tentang teori utama yaitu regulasi emosi, proses regulasi emosi, faktor – faktor yang mempengaruhi regulasi emosi, perkembangan seksual remaja, putus cinta dan faktor-faktor remaja putus cinta.

Bagian ketiga, akan membahas tentang gambaran umum siswi SMK N 1 Sanden, Bantul.

Bagian keempat difokuskan pada analisis data secara deskriptif. Pembahasan pada bab ini meliputi data tentang regulasi emosi siswi SMK N 1 Sanden pasca putus cinta dan faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi siswi SMK N 1 Sanden pasca putus cinta. Bagian kelima penutup berisi kesimpulan dan saran-saran.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dari pembahasan yang dijelaskan pada bab sebelumnya, peneliti menyimpulkan bahwa proses regulasi emosi pasca putus cinta pada siswi SMK N 1 Sanden di Bantul adanya faktor yang mendukung subjek seperti individu itu sendiri dan teman sebaya.

Proses regulasi emosi pada keempat subjek diukur dari dimensi regulasi emosi yaitu *Selfblame, Blaming others, Acceptance, Refocus on Planning, Rumination or focus on thought, Positive refocusing, Positive reappraisal, dan Putting into perspective*. Semua dimensi muncul pada proses regulasi emosi keempat subjek.

Dalam penelitian ini faktor yang sangat berperan dalam meregulasi emosi adalah faktor individu. Dimana keempat subjek setuju, jika faktor individu adalah yang berperan penting dalam meregulasi emosi keempat subjek pasca putus cinta. Sedangkan faktor hubungan orang tua / keluarga dan faktor teman sebaya menjadi pendukung keempat subjek dalam meregulasi emosinya pasca putus cinta.

B. Saran

Dari kesimpulan di atas, maka saran peneliti adalah sebagai berikut ini:

1. Terkait dengan faktor yang meregulasi emosi pasca putus cinta diharapkan siswi-siswi yang dapat meregulasi emosinya dalam hal positif. Seperti menumbuhkan rasa semangat dalam belajar.

2. Untuk Orang tua disarankan untuk bisa lebih mengawasi lingkungan pertemanan anak-anaknya. Karena biasanya pengawasan orang tua yang lemah akan mengakibatkan salahnya pergaulan anak. Orang tua juga disarankan membangun kelekatan dengan anak, supaya anak dapat dengan mudah / lekat bercerita kepada orang tua terkait permasalahan yang dihadapi anak

3. Untuk Pendidik

Diharapkan adanya Pendidikan seks pada usia remaja di sekolah-sekolah, supaya remaja mengetahui pentingnya menjaga diri saat sedang pacaran. Jadilah guru yang dapat menumbuhkan semangat dan kenyamanan bagi para siswa baik di dalam kelas maupun di luar kelas. Dapat menjadi pendengar yang baik, ketika anak mengalami permasalahan di sekolah

4. Untuk Peneliti selanjutnya

Saran bagi peneliti selanjutnya terutama yang berkaitan dengan regulasi emosi pasca putus cinta, diharapkan lebih mendalam melakukan wawancara, serta menambahkan teori terbaru terkait regulasi emosi, sehingga hasil yang didapat lebih detail.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Al Ghifari, *Gelombang Kejahatan Seks Remaja Moderen*, Bandung: Mujahid Press, 2003.
- Abu Al Ghifari, *Remaja Korban Mode*, Bandung: Mujahid Press, 2003.
- Ali, M dan Asrori, M. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta: Bumi Aksara, 2009.
- Amelia Aldao Susan, Amelia Aldao Susan, Nolen-Hoeksema Susanne Schweizer, Volume 30, Issue 2, March 2010, Pages 217–237, Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review.
- Antono Suryoputro, Nicholas J. Ford, Zahroh Shaluhiah, *-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Seksual Remaja Di Jawa Tengah: Implikasinya*
jurnal Makara, Kesehatan, Vol. 10, No. 1, Juni 2006: 29-40.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (Bkkbn) “Profil Kependudukan dan Pembangunan di Indonesia” Jakarta, 2013.
- Frijda, N , *The Emotion*. Cambridge University Press, Cambridge.
- Gambaran Proses Putus Cinta pada Wanita Dewasa Muda di Jakarta: Sebuah Studi Kasus
- Gambaran Proses Putus Cinta pada Wanita Dewasa Muda di Jakarta: Sebuah Studi Kasus May 2013 *Humaniora* 4(1):28-36.
- Garnefski & Spinhoven , *Personality and differences* 30, 2001, Pergamon, Netherlands.

- Gross & Thompson , *Emotion Regulation, Conceptual Foundations Handbook of emotion regulation*, edited by James J.Gross, New York, Guilford Publications, 2007.
- Gross ,J.J , *Emotion and Emotion Regulation Theory and research* , (2nd edition) (p. 525-552), Guilford, New York, Guilford Publications.
- Mappiare,A, *Psikologi Remaja* , (Surabaya:Usaha Nasional).
- Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: 2007.
- Nisfinnoor & Yuni Kartika, *Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Penerimaan Teman Kelompok Sebaya Pada Remaja* , 2004, Jurnal Psikologi Vol.2, No.2.
- Pingkan C.B. Rumondor, *Gambaran Proses Putus Cinta Pada Wanita Dewasa Muda*, Studi Kasus, Humaniora, Vol. 4, No. 1 Jakarta 1 April 2013.
- Pingkan C.B. Rumondor, *Gambaran Proses Putus Cinta Pada Wanita Dewasa Muda di Jakarta*, Sebuah Studi Kasus, Humaniora, Vol. 4, No. 1 April 2013, hal 31.
- Poerwandari, *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*, Depok: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan (LPSP3), 2007.
- Pratisti, *Peran Kehidupan Emosional Ibu, Budaya dan Karakteristik Remaja pada Regulasi Emosi Remaja*, 2012.
- Purwatomoko Pandaming Tyas, *Regulasi Emosi Pasca Putus Cinta Pada Remaja Tahap Akhir*, 2012.
- Santrock, *Remaja*, Jakarta: Erlangga, 2007.
- Satori & Komariah , *Metode Penelitaian Kualitatif*, Bandung: 2009, Alfabeta .

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.

Thompson, R.A. The Development of Emotion Regulation: Biological and Behavioral Considerations. North America: Monographs of the Society for Research in Child Development. Vol 59, No 2: 25-52, 1994.

Ulfah, D. *Kematangan Emosi dan Kebahagiaan Remaja Putus Cinta*. Jurnal Ilmiah Psikologi. Jurnal Ilmiah Psikologi, 9(1), 92–99, 2016.

GUIDE WAWANCARA SEMI TERSTRUKTUR

Aspek	Pertanyaan
<i>Selfblame</i> / menyalahkan diri sendiri atas apa yang dialaminya	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut anda masalah apa yang paling sering terjadi dalam hubungan pacaran? 2. Apa penyebab terjadinya masalah tersebut ? 3. Menurut anda, siapa yang pertama kali membuat masalah ? 4. Menurut anda, siapa yang egois dalam hubungan pacaran ? 5. Ketika ada masalah dalam hubungan pacaran apa yang dilakukan ? 6. Pernahkah anda menyalahkan diri sendiri atas terjadinya masalah dalam hubungan pacaran ? 7. Seberapa besar masalah yang anda hadapi ? 8. Seberapa besar pengaruh anda dalam menimbulkan permasalahan tersebut?
<i>Blaming Others</i> / menyalahkan orang lain atas kejadian yang dialaminya	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sejauh mana pacar anda berperan dalam permasalahan tersebut ? 2. Apa yang mendasari anda menyalahkan orang lain ? 3. Apakah orang lain tidak setuju dengan hubungan pacaran anda, sehingga menyebabkan anda bertengkar dengan pasangan ?
<i>Acceptance</i> / pasrah atas kejadian yang menimpanya	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana sikap anda terkait permasalahan pasca putus cinta?
<i>Refocus on Planning</i> / mampu mengambil keputusan saat menghadapi peristiwa negatif	<ol style="list-style-type: none"> 1. Langkah-langkah apa yang sudah anda lakukan untuk mengatasi permasalahan pasca putus cinta?

<p><i>Rumination or focus on thought</i> / berhubungan dengan pikira mengenai perasaan yang negatif, atau lebih pada perasaan menyesal</p>	<p>1. Apa saja pengaruh yang bersifat negatif pasca putus cinta ?</p>
<p><i>Positive refocusing/</i> berhubungan dengan pikiran mengenai persoalan yang menggembirakan dan menyenangkan dari pada memikirkan mengenai kejadian nyata</p>	<p>1. Apa yang anda lakukan untuk menghilangkan sifat negatif pasca putus cinta? 2. Bagaimana cara anda menghibur diri ?</p>
<p><i>Positive reappraisal /</i> berpikir positif pada setiap kejadian yang dialaminya</p>	<p>1. Hikmah apa yang bisa anda ambil dari kejadian tersebut ?</p>
<p><i>Putting into perspective /</i> berhubungan dengan pikiran yang menyederhanakan suatu kejadian yang dianggap sulit</p>	<p>1. Bagaimana anda menggambarkan permasalahan pasca putus cinta yang anda alami selama ini?</p>

HASIL WAWANCARA

Sumber data : Subjek A (ADKT)
 Usia : 17 Tahun
 Kelas : X RPL
 Tanggal pelaksanaan : 24 Februari 2019
 Lokasi : Kelas X SMK N 1 Sanden

Aspek	Pertanyaan	Jawaban
<p><i>Selfblame /</i> menyalahkan diri sendiri atas apa yang dialaminya</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut anda masalah apa yang paling sering terjadi dalam hubungan pacaran? 2. Apa penyebab terjadinya masalah tersebut ? 3. Menurut anda, siapa yang pertama kali membuat masalah ? 4. Menurut anda, siapa yang egois dalam hubungan pacaran ? 5. Ketika ada masalah dalam hubungan pacaran apa yang dilakukan ? 6. Pernahkah anda menyalahkan diri sendiri atas terjadinya masalah dalam hubungan pacaran ? 7. Seberapa besar masalah yang anda hadapi ? 8. Seberapa besar pengaruh anda dalam menimbulkan permasalahan tersebut? 	<p><i>1 em. Kalo minum kopi malam gk boleh, kalo punya kontak nomer cowok dihapusin, posesif, salah</i></p> <p><i>2 misalnya tu mba kalo aku maen sama cowok yang cowok tersebut itu temenku, nah dikiranya pacarku aku ada hubungan apa-apa gitu.</i></p> <p><i>3 dy si kayaknya mba.</i></p> <p><i>4 enggak ada si mba.</i></p> <p><i>5 mba, terus coba jelasin kalo kenyataannya itu gimana.</i></p> <p><i>6 sama cowok terus enggak bilang ke dy mba.</i></p> <p><i>7 dy pernah jalan sama cewek dan posisinya aku sendiri yang liat, terus pas tak tanyain dy bilang Cuma temenan, padahal enggak izin sama aku.juga. dan hal</i></p>

		<p><i>itu yang bikin hubungan aku putus sama dy.</i></p> <p><i>8 ya aku sering mencoba buat jelasin ke dy mba kalo aku yang salah tapi kalo dy nya kadang enggak mau ngaku gitu..</i></p>
<p><i>Blaming Others / menyalahkan orang lain atas kejadian yang dialaminya</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sejauh mana pacar anda berperan dalam permasalahan tersebut ? 2. Apa yang mendasari anda menyalahkan orang lain ? 3. Apakah orang lain tidak setuju dengan hubungan pacaran anda, sehingga menyebabkan anda bertengkar dengan pasangan ? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>enggak jauh-jauh amat si mba, dy kan orangnya enggak mau mengakui kesalahan.</i> 2. <i>kenyataannya kayak gitu kalo dy tu jalan sama cewek laen dan enggak mau mengakuinya.</i> 3. <i>kalo orang lain sih dari prilaku orang tua seneng temenku mendukung juga si mba. Semuanya setuju.</i>
<p><i>Acceptance / pasrah atas kejadian yang menimpanya</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana sikap anda terkait permasalahan pasca putus cinta? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>sabar, cari jalan keluanya, ya.. saling ngerti juga si mba.</i>
<p><i>Refocus on Planning / mampu mengambil keputusan saat menghadapi peristiwa negatif</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Langkah-langkah apa yang sudah anda lakukan untuk mengatasi permasalahan pasca putus cinta? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>biasanya si cerita ketemen tau yang bener gimana</i> <i>dengerin music kalo nggak maen sama temen-temen.</i>

<i>Rumination or focus on thought /</i> berhubungan dengan pikira mengenai perasaan yang negatif, atau lebih pada perasaan menyesal	1. Apa saja pengaruh yang bersifat negatif pasca putus cinta ?	1. <i>Nggak ada sih mbak kan pacaran ngga terlalu</i>
<i>Positive refocusing/</i> berhubungan dengan pikiran mengenai persoalan yang menggembirakan dan menyenangkan dari pada memikirkan mengenai kejadian nyata	1. Apa yang anda lakukan untuk menghilangkan sifat negatif pasca putus cinta? 2. Bagaimana cara anda menghibur diri ?	1. 2. <i>dengerin music, cerita ke orang tua kadang sama temen juga si mba.</i>
<i>Positive reappraisal /</i> berpikir positif pada setiap kejadian yang dialaminya	1. Hikmah apa yang bisa anda ambil dari kejadian tersebut ?	1. <i>lebih ngerti kehidupan yang luas dari mereka (mantan pacara), misalnya lebih mengenal banyak orang dan biar tambah temen, dan bisa saling menolong juga.</i>
<i>Putting into perspective /</i> berhubungan dengan pikiran	1. Bagaimana anda menggambarkan permasalahan pacsa putus	1. <i>susah si mbak untuk dimengerti, karna kadang ini kan cuma cinta monyet.</i>

yang menyederhanakan suatu kejadian yang dianggap sulit	cinta yang anda alami selama ini?	
---	-----------------------------------	--

Sumber data : Subjek B (NR)
 Usia : 17 Tahun
 Kelas : X RPL
 Tanggal pelaksanaan : 24 Februari 2019
 Lokasi : Kelas X SMK N 1 Sanden

Aspek	Hasil wawancara	Hasil Wawancara
<i>Selfblame</i> / menyalahkan diri sendiri atas apa yang dialaminya	1. Menurut anda masalah apa yang paling sering terjadi dalam hubungan pacaran? 2. Apa penyebab terjadinya masalah tersebut ? 3. Menurut anda, siapa yang pertama kali membuat masalah ? 4. Menurut anda, siapa yang egois dalam hubungan pacaran ? 5. Ketika ada masalah dalam hubungan pacaran apa yang dilakukan ? 6. Pernahkah anda menyalahkan diri sendiri atas terjadinya masalah dalam hubungan pacaran ? 7. Seberapa besar masalah yang anda hadapi ?	1) <i>Ngomong kasar, sering dibohongi, dan banyak alesan ngak jelas (ngeles).</i> 2) <i>Sering menjadi tempat pelampiasan amarah pasangan (cowok)</i> 3) <i>Yang pertama kali membuat masalah yaitu (pasangan) cowok.</i> 4) <i>Yang paling egois pasangan (cowok)</i> 5) <i>Menghadapi dengan lebih dewasa masalah tersebut, biasanya lebih ke cowok yang mengalah. Saling minta maaf, diselesaikan dengan baik.</i> 6) <i>Pernah, karena saya merasa bosan dengan pasangan saya dan memutuskan hubungan</i> 7) <i>Besar mbk, pernah nyesel sama pernah di bohongi</i> 8) <i>Nggak ada si mbak..</i>

	8. Seberapa besar pengaruh anda dalam menimbulkan permasalahan tersebut?	
<i>Blaming Others</i> / menyalahkan orang lain atas kejadian yang dialaminya	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sejauh mana pacar anda berperan dalam permasalahan tersebut ? 2. Apa yang mendasari anda menyalahkan orang lain ? 3. Apakah orang lain tidak setuju dengan hubungan pacaran anda, sehingga menyebabkan anda bertengkar dengan pasangan ? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. lumayan jauh si ya, yang biasanya sering keluar malam, tapi ketika sering di kasi tau dia kalau cewek tidak baik keluar malam-malam akhirnya sampai sekarang tidak pernah keluar malam lagi walaupun sudah tidak berhubungan. 2. karena adanya orang ketiga. 3. ada yaitu orang tua saya.
<i>Acceptance</i> / pasrah atas kejadian yang menimpanya	1. Bagaimana sikap anda terkait permasalahan pasca putus cinta ?	1. cuek, kalau ada masalah biasanya saya tinggal main atau aku mencari pasangan yang lain.
<i>Refocus on Planning</i> / mampu mengambil keputusan saat menghadapi peristiwa negatif	1. Langkah-langkah apa yang sudah anda lakukan untuk mengatasi permasalahan pasca putus cinta ?	1. berdiam diri dikamar sambil mendengarkan dengan diri sendiri tanpa memperdulikan mantan tentang semua yang telah terjadi..
<i>Rumination or focus on thought</i> / berhubungan	1. Apa saja pengaruh yang bersifat negatif pasca putus cinta ?	1. saya berdiam diri dikamar, tidak mau

<p>dengan pikira mengenai perasaan yang negatif, atau lebih pada perasaan menyesal</p>		<p><i>makan, menghiraukan orang tua,</i></p>
<p><i>Positive refocusing/</i> berhubungan dengan pikiran mengenai persoalan yang menggembirakan dan menyenangkan dari pada memikirkan mengenai kejadian nyata</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa yang anda lakukan untuk menghilangkan sifat negatif ? 2. Bagaimana cara anda menghibur diri pasca putus cinta ? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>curhat ke teman, ibu dan bikin story WA sampai penuh.</i> 2. <i>bergabung bersama teman-teman sambil berbuat sikap konyol dan menonton video-video youtube</i>
<p><i>Positive reappraisal /</i> berpikir positif pada setiap kejadian yang dialaminya</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hikmah apa yang bisa anda ambil dari kejadian tersebut ? 	<p><i>1. jangan menyia-nyiakkan orang yang tulus terhadap kita, dalam suatu hubungan bisa langgeng karena sebuah kepercayaan.</i></p>
<p><i>Putting into perspective /</i> berhubungan dengan pikiran yang menyederhanakan suatu kejadian yang dianggap sulit</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana anda menggambarkan permasalahan pasca putus cinta yang anda alami selama ini? 	<p><i>1. lagian sudah ada orang ketiga yang lebih bai</i></p>

Sumber data : Subjek C (RA)
 Usia : 16 Tahun
 Kelas : X RPL
 Tanggal pelaksanaan : 24 Februari 2019
 Lokasi : Kelas X SMK N 1 Sanden

Aspek	Pertanyaan	Hasil Wawancara
<p><i>Selfblame</i> / menyalahkan diri sendiri atas apa yang dialaminya</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut anda masalah apa yang paling sering terjadi dalam hubungan pacaran? 2. Apa penyebab terjadinya masalah tersebut ? 3. Menurut anda, siapa yang pertama kali membuat masalah ? 4. Menurut anda, siapa yang egois dalam hubungan pacaran ? 5. Ketika ada masalah dalam hubungan pacaran apa yang dilakukan ? 6. Pernahkah anda menyalahkan diri sendiri atas terjadinya masalah dalam hubungan pacaran ? 7. Seberapa besar masalah yang anda hadapi ? 8. Seberapa besar pengaruh anda dalam 	<ol style="list-style-type: none"> 1. pernah sih, biasanya aku tu marah tanpa sebab ke dia. 2. aku sering egois, biasanya pms, ya aku mesti marah 3. ya ku biasane mba, baiasane kan aku muring-muring tanpa sebab. 4. aku si mba, biasanya aku duluan. 5. diem-dieman, biasanya sampe sehari doang si mba. Nanti baikan lagi. 6. pernah, biasanya tu aku mikir kenapa ya kok aku sering bikin masalah. Atau marah-marah sendiri. 7. ya kayak gitu, ga besar-besar banget kok. Biasanya kan klo lagi marah pas lagi pms aja. 8. sangat besar si mba. Soalnya masalah dari aku, yaitu pms itu...

	menimbulkan permasalahan tersebut?	
<i>Blaming Others</i> / menyalahkan orang lain atas kejadian yang dialaminya	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sejauh mana pacar anda berperan dalam permasalahan tersebut ? 2. Apa yang mendasari anda menyalahkan orang lain ? 3. Apakah orang lain tidak setuju dengan hubungan pacaran anda, sehingga menyebabkan anda bertengkar dengan pasangan ? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. hm.. gak jauh si mba. Karna pacarku tu dewasanya orang nya. Sering bikin hal-hal konyol yang bikin aku ketawa. 2. ngak ada si mba. Tapi kalo mantan ku ada. 3. kalo orang lain si semuanya setuju aja kok sama hubungan ku ...
<i>Acceptance</i> / pasrah atas kejadian yang menimpanya	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana sikap anda terkait permasalahan pasca putus cinta? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aku nerimo mbak, sabar.....
<i>Refocus on Planning</i> / mampu mengambil keputusan saat menghadapi peristiwa negatif	<ol style="list-style-type: none"> 1. Langkah-langkah apa yang sudah anda lakukan untuk mengatasi permasalahan pasca putus cinta ? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sabar mbak kalau jodoh nggak kemana
<i>Rumination or focus on thought</i> / berhubungan dengan pikiran mengenai perasaan yang negatif, atau	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa saja pengaruh yang bersifat negatif pasca putus cinta ? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. yaa paling aku tu pasrah aja mba, terus jalani aja apa yang ada gitu..

lebih pada perasaan menyesal		
<i>Positive refocusing/</i> berhubungan dengan pikiran mengenai persoalan yang menggembirakan dan menyenangkan dari pada memikirkan mengenai kejadian nyata	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa yang anda lakukan untuk menghilangkan sifat negatif ? 2. Bagaimana anda menghibur diri pasca putus cinta? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>diam dikamar sambal dengerin musik mbk..</i> 2. <i>ya biasanya jalan-jalan sama temen gt mba.</i>
<i>Positive reappraisal /</i> berpikir positif pada setiap kejadian yang dialaminya	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hikmah apa yang bisa anda ambil dari kejadian tersebut ? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>sekarang egoisku mulai sedikit menurun, emosi sedikit stabil sama nek dirumah diem aja. Kan baisanya kalau dulu-dulu aku sering banting gelas, piring gt mba.</i>
<i>Putting into perspective /</i> berhubungan dengan pikiran yang menyederhanakan suatu kejadian yang dianggap sulit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana anda menggambarkan permasalahan pasca putus cinta yang anda alami selama ini? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>biasane aku cerita neng aku eneng masalah karo iki, pie</i>

Sumber data : Subjek D (EI)
 Usia : 17 Tahun
 Kelas : X RPL
 Tanggal pelaksanaan : 24 Februari 2019
 Lokasi : Kelas X SMK N 1 Sanden

Aspek	Pertanyaan	Hasil Wawancara
<i>Selfblame</i> / menyalahkan diri sendiri atas apa yang dialaminya	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut anda masalah apa yang paling sering terjadi dalam hubungan pacaran? 2. Apa penyebab terjadinya masalah tersebut ? 3. Menurut anda, siapa yang pertama kali membuat masalah ? 4. Menurut anda, siapa yang egois dalam hubungan pacaran ? 5. Ketika ada masalah dalam hubungan pacaran apa yang dilakukan ? 6. Pernahkah anda menyalahkan diri sendiri atas terjadinya masalah dalam hubungan pacaran ? 7. Seberapa besar masalah yang anda hadapi ? 8. Seberapa besar pengaruh anda dalam 	<ol style="list-style-type: none"> 1 <i>Dia tu overprotectif mba, posesif gitu....</i> 2 <i>Katanya karna dia sayang sama aku, tapi aku nggak suka caranya mba</i> 3 <i>Dia lah mba, aku kemana mana harus laporan...sama siapa harus ngasih kabar..kalau aku lupa nanti dia marah</i> 4 <i>Yang suka menang sendiri tu dia mba, kalo ada masalah ya aku yang ngalah...biar masalah cepet selesai</i> 5 <i>Kalau aku ngalah mba...dari pada nanti dia marah-marah, terus malah nambah masalah</i> 6 <i>Iya, aku ngerasa kaya kok aku terus yang ngalah, kayak kecewa gitu mba. Yang mempertahankan hubungan kaya aku doang..</i>

	menimbulkan permasalahan tersebut?	7 <i>Ya itu mba di posesif in sama pacar</i> 8 <i>Keseringan dia yang mulai masalah mba dari pada aku.</i>
<i>Blaming Others / menyalahkan orang lain atas kejadian yang dialaminya</i>	1. Sejauh mana pacar anda berperan dalam permasalahan tersebut ? 2. Apa yang mendasari anda menyalahkan orang lain ? 3. Apakah orang lain tidak setuju dengan hubungan pacaran anda, sehingga menyebabkan anda bertengkar dengan pasangan ?	1 <i>Sampe buat aku nangis kadang mba, loro ati....iso ne mung ngalah</i> 2 <i>Kesel sama perilaku dia yang posesif</i> 3 <i>Aku nggak pernah cerita kesiapa-siapa tentang dia mba, paling orang tua cuma tau kalo aku lagi sama dia gitu. Tapi kalau buat cerita ada masalah apa gimana gitu tak simpen sendiri.</i>
<i>Acceptance / pasrah atas kejadian yang menimpanya</i>	1. Bagaimana sikap anda terkait permasalahan pasca putus cinta anda?	1. <i>Aku pasrah aja sama perilaku dia, kalau udah dibilangin nggak diterima aku trimo meneng....</i>
<i>Refocus on Planning / mampu mengambil keputusan saat menghadapi peristiwa negatif</i>	1. Langkah-langkah apa yang sudah anda lakukan untuk mengatasi permasalahan pasca putus cinta ?	1 <i>Diem dirumah, paling ya Cuma dikamar dengerin musik sambil tiduran gitu</i>
<i>Rumination or focus on thought / berhubungan dengan pikira mengenai</i>	1. Apa saja pengaruh yang bersifat negatif pasca putus cinta ?	1 <i>capek, kesel, sakit hati.. terus aku juga pernah ndiemin temenku soalnya</i>

perasaan yang negatif, atau lebih pada perasaan menyesal		<i>aku lagi sebel sama dia (mantan). Malah dikira temenku aku ada masalah sama dia (teman). Padahal ya masalahnya sama mantanku bukan sama temenku..</i>
<i>Positive refocusing/</i> berhubungan dengan pikiran mengenai persoalan yang menggembirakan dan menyenangkan dari pada memikirkan mengenai kejadian nyata	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa yang anda lakukan untuk menghilangkan sifat negatif ? 2. Bagaimana anda menghibur diri ? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Dengerin musik di kamar sama kepantai</i> 2. <i>dengerin music sama main sma temen-temen</i>
<i>Positive reappraisal /</i> berpikir positif pada setiap kejadian yang dialaminya	1. Hikmah apa yang bisa anda ambil dari kejadian tersebut ?	<i>1 Lebih selektif lagi kalau dekat sama orang. Nggak mau mengalah terus.</i>
<i>Putting into perspective /</i> berhubungan dengan pikiran yang menyederhanakan suatu kejadian yang dianggap sulit	1. Bagaimana anda menggambarkan permasalahan pasca putus cinta yang anda alami selama ini?	<i>1. Rumit & sulit.</i>

HASIL ANALISIS WAWANCARA

Sumber data : Subjek A (ADKT)
 Usia : 17 Tahun
 Kelas : X RPL
 Tanggal pelaksanaan : 24 Februari 2019
 Lokasi : Kelas X SMK N 1 Sanden

Verbatim	Makna Deskriptif	Makna Interpretatif
<p>1 em. Kalo minum kopi malam gk boleh, kalo punya kontak nomer cowok dihapusin, posesif, salah paham juga si mba....</p> <p>2 misalnya tu mba kalo aku maen sama cowok yang cowok tersebut itu temenku, nah dikiranya pacarku aku ada hubungan apa-apa gitu.</p> <p>3 dy si kayaknya mba.</p> <p>4 enggak ada si mba.</p> <p>5 ya... biasanya diem aja si mba, terus coba jelasin kalo kenyataannya itu gimana.</p> <p>6 pernah mba... karna maen sama cowok terus enggak bilang ke dy mba.</p> <p>7 dy pernah jalan sama cewek dan posisinya</p>	<p>1. Permasalahan yang sering timbul di dalam hubungan subjek dan pasangannya ialah salah paham dan perilaku pasangannya yang posesif.</p> <p>2. Kesalah pahaman tanpa ada penjelasan menjadi penyebab seringnya terjadi permasalahan dalam hubungan.</p> <p>3. Menurut subjek. Pacarnya lah yang sering membuat masalah di dalam hubungan</p> <p>4. Subjek mengaku keduanya memiliki egois yang sama</p> <p>5. Cara penyelesaian masalah yang dilakukan subjek dengan pacarnya yaitu saling berdiam diri</p> <p>6. Subjek pernah merasa bersalah atas perilakunya yang pergi dengan teman lelakinya namun tidak izin pacarnya.</p>	<p>Subjek cenderung menyalahkan orang lain atas apa yang ia hadapi, karena pasangan subjek berselingkuh sehingga permasalahan pada saat pacaran selalu dipandang bahwa pasangan lah yang menjadi sumber masalah. Subjek cenderung berdiam diri ketika menghadapi permasalahan dengan pacarnya.</p>

<p>aku sendiri yang liat, terus pas tak tanyain dy bilang Cuma temenan, padahal enggak izin sama aku.juga. dan hal itu yang bikin hubungan aku putus sama dy.</p> <p>8 ya aku sering mencoba buat jelasin ke dy mba kalo aku yang salah tapi kalo dy nya kadang enggak mau ngaku gitu..</p>	<p>7. Perselingkuhan adalah masalah besar yang pernah ia hadapi saat berpacaran</p> <p>8. Pengaruh keduanya sama-sama besar saat ada permasalahan di dalam hubungan.</p>	
<p>1. enggak jauh-jauh amat si mba, dy kan orangnya enggak mau mengakui kesalahan.</p> <p>2. kalo itu ... emang kenyataannya kayak gitu kalo dy tu jalan sama cewek laen dan enggak mau mengakuinya.</p> <p>3. kalo orang lain sih dari prilaku orang tua seneng aja sih mba....kalo temen-temenku mendukung juga si mba. Semuanya setuju.</p>	<p>1. Pacar subjek cenderung egois atas kesalahan yang ia perbuat</p> <p>2. Subjek merasa keegoisan pacarnya yang mendasari ia menyalahkan pacarnya ketika ada masalah.</p> <p>3. Tidak ada orang lain yang tidak setuju atas hubungan subjek dengan pacarnya.</p>	<p>Subjek menyalahkan pasangan saat menghadapi permasalahan selama menjalin hubungan dengan pasangan.</p>

<p>1. sabar, cari jalan keluarnya, ya.. saling ngerti juga si mba.</p>	<p>1. Subjek cenderung pasrah dan menerima permasalahannya pasca putus cinta</p>	<p>Subjek pasrah atas kejadian yang menyimpannya</p>
<p>1. biasanya si cerita ketemen dulu... terus temen ngasi tau yang bener gimana gitu....ya gitu tadi mba,...kalo nggak aku diem aja sendiri dirumah..., dengerin music kalo nggak maen sama temen-temen.</p>	<p>1. cara subjek dalam mengambil keputusan saat mengatasi permasalahan pasca putus cinta yaitu mendengarkan musik untuk menenangkan diri selain itu subjek juga bercerita ke teman untuk meminta pendapat terkait permasalahannya. Subjek dan mantan kekasihnya masih menjaga komunikasi sebagai teman.</p>	<p>Subjek termasuk cukup mampu dalam menghadapi peristiwa negatif.</p>
<p>2. Nggak ada sih mbak kan pacaran ngga terlalu serius...</p>	<p>1. Subjek tidak merasa mendapatkan pengaruh negatif pasca putus cinta</p>	<p>Subjek tidak merasa menyesal sudah putus cinta karena menurut subjek pacaran bukanlah hal yang serius</p>
<p>1. Apa ya mbak.. gx tau... 2. dengerin music, cerita ke orang tua kadang sama temen juga si mba.</p>	<p>1. subjek mencoba menghibur diri dengan mendengarkan musik, bercerita ke orang tua dan teman untuk menghilangkan pikiran negatif pasca putus cinta</p>	<p>Subjek mampu menghilangkan pikiran negatif dikala pasca putus cinta dengan bercerita ke orang lain maupun mendengarkan musik.</p>
<p>1. lebih ngerti kehidupan yang luas dari mereka (mantan pacara), misalnya</p>	<p>1. Hikmah yang terdapat pada permasalahan-permasalahan yang ia hadapi saat berpacaran ialah lebih</p>	<p>Subjek mampu berfikir positif dengan mengambil hikmah pada kejadian yang dialaminya.</p>

<p>lebih mengenal banyak orang dan biar tambah temen, dan bisa saling menolong juga.</p>	<p>mengerti kehidupan, dan mengenal banyak orang.</p>	
<p>1. susah si mbak untuk dimengerti, karna kadang ini kan cuma cinta monyet.</p>	<p>1. Subjek kurang dapat menggambarkan permasalahan pacaran yang telah dialaminya.</p>	<p>Subjek mengagampangkan permasalahan yang ia hadapi pasca putus cinta</p>

Sumber data : Subjek B (NR)
 Usia : 17 Tahun
 Kelas : X RPL
 Tanggal pelaksanaan : 24 Februari 2019
 Lokasi : Kelas X SMK N 1 Sanden

Hasil Wawancara	Makna deskriptif	Makna interpretatif
1) Ngomong kasar, sering dibohongi, dan banyak alasan ngak jelas (ngeles). 2) Sering menjadi tempat pelampiasan amarah pasangan (cowok) 3) Yang pertama kali membuat masalah yaitu (pasangan) cowok. 4) Yang paling egois pasangan (cowok) 5) Menghadapi dengan lebih dewasa masalah tersebut, biasanya lebih ke cowok yang mengalah. Saling minta maaf, diselesaikan dengan baik. 6) Pernah, karena saya merasa bosan dengan pasangan saya dan memutuskan hubungan 7) Besar mbk, pernah nyesel sama pernah di bohongi	1. Informan menganggap bahwa ia seringkali di bohongi oleh pacarnya dengan cara memberikan berbagai alasan untuk menutupi kesalahannya. Pacarnya pun beberapakali berkata dengan kasar saat bersamanya. 2. Informan sering dijadikan pelampiasan atas emosi yang tidak stabil dari pacarnya 3. Informan menganggap bahwa pacarnya yang memulai permasalahan dalam hubungan 4. Informan merasa pasangannya lah yang egois di dalam menjalin hubungan. 5. Pasangan informan seringkali mengalah saat terjadi permasalahan dalam hubungan.	Subjek merasa tidak bersalah atas masalah yang ia alami selama berhubungan dengan pasangannya.

	<p>6. Sikap informan saat merasa bosan dengan pasangan adalah memutuskan hubungan</p> <p>7. Subjek pernah merasa menyesal karena sudah dibohongi dalam percintaannya</p>	
<p>1. lumayan jauh si ya, yang biasanya sering keluar malam, tapi ketika sering di kasi tau dia kalau cewek tidak baik keluar malam-malam akhirnya sampai sekarang tidak pernah keluar malam lagi walaupun sudah tidak berhubungan.</p> <p>2. karena adanya orang ketiga.</p> <p>3. ada yaitu orang tua saya.</p>	<p>1. Pasangan subjek cenderung banyak mempengaruhi permasalahan dalam hubungan.</p> <p>2. Adanya orang ketiga mendasari subjek menyalahkan pasangannya</p> <p>3. Orang tua subjek tidak menyetujui hubungan subjek dengan pacarnya</p>	<p>Subjek menyalahkan pasangannya atas kejadian yang ia alami di dalam hubungan, hal tersebut didasari karena adanya orang ketiga serta tidak adanya restu dari orang tua.</p>
<p>1. cuek, kalau ada masalah biasanya saya tinggal main atau aku mencari pasangan yang lain.</p>	<p>1. Subjek cuek dan mencari padangan lain dalam menghadapi masalah pasca putus cinta</p>	<p>Subjek tidak merasa permasalahan pasca putus cinta adalah hal yang serius</p>
<p>1. berdiam diri dikamar sambil mendengarkan musik.....quality time dengan diri sendiri tanpa memperdulikan mantan</p>	<p>1. langkah yang dilakukan subjek dalam menghadapi masalah pasca putus cinta yaitu dengan</p>	<p>Subjek mampu menghadapi peristiwa negatif pasca putus cinta.</p>

tentang semua yang telah terjadi..	mendengarkan musik dan quality time	
1. saya berdiam diri dikamar, tidak mau makan, menghiraukan orang tua,	1. hal negatif pasca putus cinta yang dirasakan subjek yaitu tidak mau makan sampai menghiraukan orang tua nya.	Perasaan negatif mempengaruhi subjek pasca putus cinta dengan mantannya.
1. curhat ke teman, ibu dan bikin story WA sampai penuh. 2. bergabung bersama teman-teman sambil berbuat sikap konyol dan menonton video-video youtube	1. subjek menghilangkan hal negatif pasca putus cinta dengan bercerita maupun membuat story di WA 2. cara subjek menghibur diri pasca putus cinta dengan melakukan aktivitas bersama teman-temannya	subjek mampu menghibur diri pasca putus cinta dengan hal-hal yang menggembirakan menurut subjek.
1. jangan menyalahkan orang yang tulus terhadap kita, dalam suatu hubungan bisa langgeng karena sebuah kepercayaan.	1. Subjek mengambil hikmah pasca putus cinta dengan tidak menyalahkan orang yang tulus.	Subjek mampu berfikir positif ketika menghadapi masalah pasca putus cinta dengan mengambil hikmah atas kejadian yang dialaminya
1. yawis mbak kepie meneh... lagian sudah ada orang ketiga yang lebih baik dari pasangan ...	1. Subjek cenderung mengagampangkan masalah putus cinta karena subjek sudah memiliki pasangan lain	Subjek cenderung mensederhanakan kejadian pasca putus cinta dengan menjalin hubungan dengan orang lain.

Sumber data : Subjek C (RA)
 Usia : 16 Tahun
 Kelas : X RPL
 Tanggal pelaksanaan : 24 Februari 2019
 Lokasi : Kelas X SMK N 1 Sanden

Hasil Wawancara	Makna Deskriptif	Makna interpretatif
1. Pernah sih, biasanya aku tu marah tanpa sebab ke dia. 2. Aku sering egois, biasanya pms, ya aku mesti marah 3. Ya ku biasane mba, baiasane kan aku muring-muring tanpa sebab. 4. Aku si mba, biasanya aku duluan. 5. Diem-dieman, biasanya sampe sehari doang si mba. Nanti baikan lagi. 6. Pernah, biasanya tu aku mikir kenapa ya kok aku sering bikin masalah. Atau marah-marah sendiri. 7. Ya kayak gitu, ga besar-besar banget kok. Biasanya kan klo lagi marah pas lagi pms aja.	1. Permasalahan yang biasanya terjadi di dalam hubungan yaitu akibat dari emosi negatif yang dimiliki subjek. 2. Subjek cenderung menjadi penyebab permasalahan yang terjadi dengan pacarnya 3. Subjek mengaku bahwa emosi negatif yang dialaminya kerap menjadi permulaan permasalahan dalam hubungan 4. Menurut subjek ia adalah orang yang egois di dalam hubungan 5. Perilaku yang dilakukan subjek dan pasnagannya ketika terdapat masalah yaitu saling berdiam-diaman hingga situasi mendingin dengan sendirinya. 6. Subjek merasa perilakunya yang didasari emosi negatif itu tidak benar. Subjek mendapatkan insight atas kesalahannya. 7. Masalah yang paling besar terjadi di dalam hubungan subjek dan pacarnya hanya	Subjek cenderung lebih menyalahkan dirinya sendiri akan apa yang ia hadapi pada permasalahan dengan pasangannya.

<p>8. Sangat besar si mba....soalnya masalah dari aku, yaitu pms itu...</p>	<p>sekedar kesalah pahaman atau keegoisan.</p> <p>8. Subjek mengaku ia mempunyai andil yang cukup besar dalam menimbulkan masalah dengan pacarnya</p>	
<p>1. Hm.. gak jauh si mba. Karna pacarku tu dewasanya orang nya. Sering bikin hal-hal konyol yang bikin aku ketawa.</p> <p>2. Ngak ada si mba. Tapi kalo mantan ku ada.</p> <p>3. Kalo orang lain si semuanya setuju aja kok sama hubungan ku ...</p>	<p>1. Pacar subjek mempunyai selera humor yang tinggi sehingga beberapakali dapat dijadikan solusi dalam penyelesaian masalah</p> <p>2. Subjek tidak merasa pacarnya bersalah, sehingga tidak ada alasan subjek untuk mendasari subjek menyalahkannya</p> <p>3. Orang-orang terdekat subjek menyetujui hubungan subjek dengan pacarnya, sehingga tidak ada penyebab pertengkaran karena persetujuan.</p>	<p>Subjek tidak menyalahkan pasangannya ketika terjadi masalah di dalam hubungan, subjek merasa ia lah sumber masalahnya.</p>
<p>1. Aku nerimo mbak, sabar.....</p>	<p>1. Sikap subjek terkait masalah pusca putus cinta dengan menerima permasalahan dan sabar.</p>	<p>Subjek sabar dan menerima atas kejadian pasca putus cinta</p>
<p>1. Sabar mbak kalau jodoh nggak kemana</p>	<p>1. Subjek mengatasi permasalahan pasca putus cinta dengan sabar dan menganggap jika mantanya adalah jodohnya makan</p>	<p>Subjek cenderung kurang mampu dalam menghadapi dan mengambil keputusan ketika menghadapi peristiwa negatif.</p>

	dipertemukan kembali suatu saat nanti	
1. Yaa paling aku tu pasrah aja mba, terus jalani aja apa yang ada gitu..	1. Sisi negatif subjek yaitu pasrah dan terkadang kurang asertif	Kurang asertif dan pasrah menjadi perasaan negatif akibat pasca putus cinta
1. Diam dikamar sambal dengerin musik mbk.. 2. Ya...biasanya jalan-jalan sama temen gt mba.	1. Subjek mencoba menghilangkan sifat negatif dengan berdiam diri di kamar dan mendengarkan musik 2. Selain itu, subjek menghibur diri dengan jalan-jalan dengan teman-temannya	Subjek mampu menghibur dirinya ketika menghadapi masalah.
1. Sekarang egoisku mulai sedikit menurun, emosi sedikit stabil sama nek dirumah diem aja. Kan baisanya kalau dulu-dulu aku sering banting gelas, piring gt mba.	1. Subjek mendapat progres setelah berpacaran dengan pasangannya, yaitu ia dapat menurunkan egois dan menstabilkan emosi negatifnya sedikit demi sedikit.	Subjek cukup mampu berpikir positif pada kejadian pasca putus cinta.
1. Biasane aku cerita neng ibu....“ibu aku eneng masalah karo iki, pie solusine....”	1. Subjek menyelesaikan permasalahannya dengan bercerita pada ibunya .	Subjek tidak merasa bahwa permasalahan pasca putus cinta adalah hal yang sederhana.

Sumber data : Subjek D (EI)
 Usia : 17 Tahun
 Kelas : X RPL
 Tanggal pelaksanaan : 24 Februari 2019
 Lokasi : Kelas X SMK N 1 Sanden

Hasil Wawancara	Makna deskriptif	Makna interpretatif
<p>1 Dia tu overprotectif mba, posesif gitu....</p> <p>2 Katanya karna dia sayang sama aku, tapi aku nggak suka caranya mba</p> <p>3 Dia lah mba, aku kemana mana harus laporan...sama siapa harus ngasih kabar..kalau aku lupa nanti dia marah</p> <p>4 Yang suka menang sendiri tu dia mba, kalo ada masalah ya aku yang ngalah...biar masalah cepet selesai</p> <p>5 Kalau aku ngalah mba...dari pada nanti dia marah-marah, terus malah nambah masalah</p> <p>6 Iya, aku ngerasa kaya kok aku terus yang ngalah, kayak kecewa gitu mba. Yang mempertahankan</p>	<p>1. Subjek merasa bahwa pasangannya mengekang dan tidak memberikan ia kebebasan.</p> <p>2. Menurut pasangan subjek, posesif adalah bentuk bukti kasih sayang kepadanya.</p> <p>3. Subjek merasa tidak nyaman dengan perilaku pasangannya</p> <p>4. Perilaku subjek saat ada masalah dalam hubungan adalah mengalah, dan pasangan subjek sering memulai permasalahan dalam hubungan.</p> <p>5. Subjek mengatasi masalahnya dengan mengalah, menurut subjek dengan mengalah masalah akan cepat selesai</p> <p>6. Subjek kecewa telah menjalani hubungan dengan mantan pasangannya tersebut.</p> <p>7. Subjek merasa permasalahan besar yang ia</p>	<p>Subjek tidak merasa permasalahan yang ia hadapi adalah kesalahannya, ia cenderung menyalahkan pasangannya ketika terdapat masalah di dalam hubungan.</p>

<p>hubungan kaya aku doang..</p> <p>7 Ya itu mba di posesif in sama pacar</p> <p>8 Keseringan dia yang mulai masalah mba dari pada aku.</p>	<p>hadapi saat berpacaran adalah di kekang oleh pasangannya</p> <p>8. Pasangan subjek berpengaruh besar dalam permasalahan di dalam hubungan.</p>	
<p>1 Sampe buat aku nangis kadang mba, loro ati....iso ne mung ngalah</p> <p>2 Kesel sama perilaku dia yang posesif</p> <p>3 Aku nggak pernah cerita kesiapa-siapa tentang dia mba, paling orang tua cuma tau kalo aku lagi sama dia gitu. Tapi kalau buat cerita ada masalah apa gimana gitu tak simpen sendiri.</p>	<p>1. Peran pasangan subjek dalam permasalahan membuat subjek merasa sakit hati.</p> <p>2. Subjek menyalahkan pasangannya karena perilaku posesif pasangannya.</p> <p>3. Subjek mengaku tidak pernah bercerita kepada siapa pun tentang masalah percintaannya.</p>	<p>Subjek menyalahkan pasangannya ketika ada masalah di dalam hubungan</p>
<p>1. Aku pasrah aja sama perilaku dia, kalau udah dibilangin nggak diterima aku trimo meneng....</p>	<p>1. Subjek cenderung pasrah pada permasalahannya pasca putus cinta</p>	<p>Subjek berusaha untuk menyelesaikan masalah dengan mengkomunikasikan kembali namun ia tetap pasrah ketika telah putus cinta.</p>

<p>1. Diem dirumah, paling ya Cuma dikamar dengerin musik sambil tiduran gitu</p>	<p>2. Subjek menenangkan dirinya dengan cara berdiam diri dirumah.</p>	<p>Subjek menghadapi peristiwa negatif dengan berdiam diri dirumah dan mendengarkan musik</p>
<p>1. Capek, kesel, sakit hati..terus aku juga pernah ndiemin temenku soalnya aku lagi sebel sama dia (mantan). Malah dikira temenku aku ada masalah sama dia (teman). Padahal ya masalahnya sama mantanku bukan sama temenku..</p>	<p>1. Pengaruh negatif pasca putus cinta pada subjek yaitu kurang mampu mengontrol emosi, perasaan negatif tersebut dialihkan kepada temannya.</p>	<p>Pikiran negatif dan perasaan menyesal pasca putus cinta mempengaruhi sibjek dalam mengontrol emosinya.</p>
<p>1. Dengerin musik di kamar sama kepantai itu mba..... 2. Ya sama aja mbak... dengerin music sama main sma temen-temen</p>	<p>1. Subjek menghibur diri dengan mendengarkan music 2. Dan juga sesekali berjalan di pantai.</p>	<p>Subjek mampu menghilangkan sifat negatif pasca putus cinta dengan hal-hal menyenangkan.</p>
<p>1 Lebih selektif lagi kalau dekat sama orang. Nggak mau mengalah terus.</p>	<p>1. Subjek mendapatkan pelajaran pasca putus cinta setelah berpacaran dengan mantannya selama kurang lebih 6 bulan yaitu lebih</p>	<p>Subjek mampu dalam berfikir positif pada kejadian yang dialami dengan mengambil hikmah atas permasalahan pasca putus cinta.</p>

	selektif dan belajar menjadi asertif.	
1. Rumit & sulit.	2. Percintaan subjek dengan mantan pacarnya diaanggap sebagai suatu yang rumit dan sulit.	Subjek tidak menganggap permasalahan pasca putus cinta merupakan hal yang sederhana.

HASIL OBSERVASI

Sumber data : Subjek A

Hari / Tanggal : Senin, 24 Februari 2019

Tempat : Kelas X SMK N 1 Sanden

Deskripsi data :

Secara fisik, subjek berkulit kuning langsung memiliki postur tubuh yang setara dengan teman sebaya wanita sekelasnya, memakai pakaian rapi dan formal serta bertutur kata dengan jelas walaupun sesekali saat menjawab pertanyaan peneliti subjek menggunakan bahasa campuran Bahasa Indonesia dan Bahasa Jawa.

Sebelum memulai wawancara peneliti dan subjek berbincang-bincang perihal akademik serta kegiatan yang dilakukan subjek ketika di sekolah. Subjek cenderung menjawab singkat di beberapa pertanyaan yang diajukan oleh peneliti. Peneliti mencoba untuk bertanya lebih dalam kepada subjek dengan menggali jawaban yang subjek sampaikan sebelumnya, maka subjek akan menjawab lebih banyak dari pertanyaan utama yang telah diajukan (probing).

Terkait konsentrasi subjek, subjek cukup fokus dalam menjawab pertanyaan dari peneliti. Terlihat dari perilaku subjek saat menanyakan kembali beberapa pertanyaan yang telah diajukan peneliti, karena subjek belum memahami isi dari pertanyaan tersebut.

Ekspresi subjek saat menjawab pertanyaan selama wawancara berangsur terlihat berubah-ubah. Saat pertama memulai wawancara subjek fokus menghadap peneliti, kontak mata subjek terarah pada kertas yang peneliti bawa serta wajah peneliti. Pada pertengahan wawancara subjek terlihat gelisah ditunjukkan dengan

perilakunya yang berubah-ubah posisi duduk serta pandangannya mengarah ke jendela kelas.

Sumber data : Subjek B

Hari / Tanggal : Senin, 24 Februari 2019

Tempat : Kelas X SMK N 1 Sanden

Deskripsi data :

Secara fisik, subjek berkulit kecoklatan memiliki postur tubuh yang setara dengan teman sebaya wanita sekelasnya, memakai pakaian rapi dan formal serta bertutur kata dengan jelas walaupun sesekali saat menjawab pertanyaan peneliti subjek menggunakan bahasa campuran Bahasa Indonesia dan Bahasa Jawa.

Sebelum memulai wawancara peneliti dan subjek berbincang-bincang perihal akademik serta kegiatan yang dilakukan subjek ketika di sekolah. Subjek menjawab dengan pemaparan yang cukup panjang tanpa peneliti menggali jawaban yang telah disampaikan subjek.

Terkait konsentrasi subjek, subjek cukup fokus dalam menjawab pertanyaan dari peneliti. Terlihat dari perilaku subjek saat menanyakan kembali beberapa pertanyaan yang telah diajukan peneliti, karena subjek belum memahami isi dari pertanyaan tersebut.

Ekspresi subjek saat menjawab pertanyaan selama wawancara berangsur terlihat hiper aktif. Saat pertama memulai wawancara subjek fokus menghadap peneliti, kontak mata subjek terarah pada kertas yang peneliti bawa serta wajah peneliti. Pada pertengahan wawancara subjek terlihat mulai menggerak – gerakkan pulpen yang berada di saku bajunya, subjek mulai bergerak mengubah posisi duduk namun subjek tetap kontak mata dengan peneliti.

Sumber data : Subjek C

Hari / Tanggal : Senin, 24 Februari 2019

Tempat : Kelas X SMK N 1 Sanden

Deskripsi data :

Secara fisik, subjek berkulit kecoklatan memiliki postur tubuh yang cukup berisi dibandingkan ketiga teman subjek, memakai pakaian rapi dan formal serta bertutur kata dengan jelas walaupun sesekali saat menjawab pertanyaan peneliti subjek menggunakan bahasa campuran Bahasa Indonesia dan Bahasa Jawa.

Sebelum memulai wawancara peneliti dan subjek berbincang-bincang perihal akademik serta kegiatan yang dilakukan subjek ketika di sekolah. Subjek menjawab dengan pemaparan yang cukup panjang tanpa peneliti menggali jawaban yang telah disampaikan subjek.

Terkait konsentrasi subjek, subjek cukup fokus dalam menjawab pertanyaan dari peneliti. Terlihat dari perilaku subjek saat menanyakan kembali beberapa pertanyaan yang telah diajukan peneliti, karena subjek belum memahami isi dari pertanyaan tersebut.

Ekspresi subjek saat menjawab pertanyaan selama wawancara berangsur terlihat baik. Saat pertama memulai wawancara subjek fokus menghadap kearah peneliti, kontak mata subjek terarah pada wajah peneliti. Kontak mata serta posisi duduk subjek dari awal hingga akhir sesi selalu mengarah kepada peneliti.

Sumber data : Subjek D

Hari / Tanggal : Senin, 24 Februari 2019

Tempat : Kelas X SMK N 1 Sanden

Deskripsi data :

Secara fisik subjek memiliki kulit cenderung kecoklatan dan postur tubuh yang setara dengan teman sebayanya, subjek memakai pakaian rapi dan formal saat bertemu dengan peneliti. Subjek berbucar dengan jelas dan tegas saat menjawab pertanyaan dari peneliti.

Kesan awal saat bertemu subjek menyapa peneliti dengan senyuman. Sebelum memulai wawancara subjek dan peneliti melakukan perbincangan seputar kegiatan serta aktivitas akademik subjek saat berada di dalam sekolah.

Selama proses wawancara subjek cenderung fokus memperhatikan serta menjawab pertanyaan yang diajukan oleh peneliti. Hal tersebut dapat dilihat oleh peneliti dari gaya subjek menjawab cepat pertanyaan yang diajukan oleh peneliti. Kontak mata serta posisi duduk subjek selalu mengarah kepada peneliti hingga akhir sesi wawancara.

Ekspresi yang terlihat ketika awal sesi pertanyaan subjek tersenyum, masuk pertengahan sesi pertanyaan subjek terlihat beberapa kali mengerutkan dahi saat menanggapi pertanyaan peneliti. Diakhir sesi subjek sudah kembali normal dan tersenyum kembali seperti pada sesi awal.

HASIL WAWANCARA SIGNIFICANT OTHER

Sumber data : Significant Other (SO)

Jabatan : Guru BK

Usia : 41 Tahun

Tanggal pelaksanaan : 13 September 2019

Lokasi : Ruang BK SMK N 1 Sanden

Waktu : 09.35-selesai

Bahasan : Subjek A (ADKT)

Peneliti: Assalamualaikum, selamat pagi ibu... boleh saya masuk..

SO : Waalaikumsalam, pagi mbak... monggo silahkan masuk..

Peneliti: Baik, terima kasih ibu... maaf mengganggu waktu ibu

SO : Iya nggak papa mbak... gimana ada yang bisa saya bantu ?

Peneliti: begini ibu, beberapa bulan lalu saya telah bertemu dengan empat subjek siswi yang mengalami putus cinta, saya datang menemui ibu untuk mengkonfirmasi keadaan dan jawaban empat subjek yang sudah saya wawancara sebelumnya.

SO : Owh iya mbk.. gimana anak-anak mau cerita to ? anak-anak kooperatif kan?

Peneliti: iya bu... alhamdulillah keempat subjek kooperatif saat saya menanyakan beberapa pertanyaan...

SO : oke mbak... monggo mau nanya apa?

Peneliti: baik ibu, saya mulai dari subjek pertama ya yaitu ADKT, menurut ibu apakah subjek pernah bercerita ke ibu tentang permasalahan pacarannya ?
apakah subjek pernah tidak konsentrasi di kelas karena putus cinta?

SO : Owh kalo anak ADKT tu nggak pernah curhat atau ke ruangan saya karena putus cinta mbak... di kelas juga dia biasa saja, seperti tidak ada masalah gitu...bisa mengikuti pelajaran dengan baik... jadi kalo lagi bar putus biasanya teman-temannya pada laporke saya. “bu, ini loh si ADKT bar putus... mesakno”. Saya panggil anaknya, tapi anaknya biasa aja malah njawab “yo santai bu...wes biasa”.

Peneliti: owh baik bu, kalau subjek ADKT sifatnya tertutup, tidak mau bergaul dengan teman-temannya atau malah sebaliknya bu?

SO : kalo anak ADKT itu suka bareng sama teman-temannya mbk pas jam pelajaran gitu, dia tu punya temen deket gitu...nek saya lagi keliling kelas pas jam istirahat pasti dia lagi curhat-curhatan sambil bercanda sama teman-temannya... anaknya tu ceria mbak pembawaanya..

Peneliti: owh gitu ya bu, berarti subjek ADKT ini seperti punya sahabat yang endampinginya saat di sekolah ya?

SO : Iya mbak... setau saya nggak cuma di sekolah, mereka juga teman sekampung... jadi ya wes klop.

Peneliti: baik bu terima kasih infonya.... Saya lanjut ke subjek NR ya...

Sumber data : Significant Other (SO)
Jabatan : Guru BK
Usia : 41 Tahun
Tanggal pelaksanaan : 13 September 2019
Lokasi : Ruang BK SMK N 1 Sanden
Waktu : 09.35-selesai
Bahasan : Subjek B (NR)

Peneliti: baik bu, saya mau bertanya subjek NR pernah bercerita ke ibu tentang permasalahan pacarannya? apakah subjek pernah tidak konsentrasi di kelas karena putus cinta?

SO : Kalo NR tu dekat sama saya, sok curhat gitu nek habis putus ro pacar e... di kelas yo kadang ngelamun, tapi nanti kalu di tegur suruh cuci muka bisa mengikuti pelajaran lagi...nek pas lagi ada masalah di keluarga/rumah biasanya NR diem mbk anaknya, maksudnya menyendiri sementara waktu, biasanya gitu nek cerita ke saya..

Peneliti: Owh, subjek dekat dan suka curhat ke ibu ya...

SO : Iya mbak..

Peneliti: Bu... subjek NR punya sahabat atau teman dekat tidak?

SO : Ada mbak... kalo tidak salah namanya F, beda kelas.. tapi mereka selalu bareng kemana-mana...

Peneliti: baik ibu, terima kasih informasinya...

SO : Iya sama-sama mbak...

Sumber data : Significant Other (SO)
Jabatan : Guru BK
Usia : 41 Tahun
Tanggal pelaksanaan : 13 September 2019
Lokasi : Ruang BK SMK N 1 Sanden
Waktu : 09.35-selesai
Bahasan : Subjek C (RA)

Peneliti: untuk sesi ini, saya akan bertanya tentang subjek RA bu... menurut ibu bagaimana sikap subjek saat mengalami putus cinta ? dan apakah ada pengaruh buruk ke sekolahnya? Contohnya seperti tidak konsentrasi di kelas

SO : Untuk anak RA memang anaknya pendiam mbak... anak kalau di kelas ya biasa saja, belum pernah saya mendengar dia bermasalah dalam pacaran... untuk konsentrasi belajar di kelas ya sama seperti teman-teman yang lain...

Peneliti: baik bu... subjek RA punya teman dekat tidak bu di kelas maupun di sekolah?

SO : Ada mbak... kalau sya lihat RA punya teman di kelas sering main juga di luar sekolah...

Peneliti: Baik bu... terima kasih informasinya...

Sumber data : Significant Other (SO)
Jabatan : Guru BK
Usia : 41 Tahun
Tanggal pelaksanaan : 13 September 2019
Lokasi : Ruang BK SMK N 1 Sanden
Waktu : 09.35-selesai
Bahasan : Subjek D (EI)

Peneliti: saya akan bertanya subjek terakhir bu... subjek EI menurut ibu bagaimana sikap anak saat putus cinta ? apakah menimbulkan perubahan perilaku dan tidak konsentrasi di kelas?

SO : Baik mbak... anak EI kalau ada permasalahan putus cinta terlihat jelas mbak... suka murung di kelas ... konsentrasi buyar seperti orang linglung gitu...

Peneliti: Owh begitu bu... lalu subjek EI apakah punya teman dekat bu ? di sekolah maupun di luar sekolah?

SO : Iya ada mbak... anak NR juga teman EI..teman main itu mbak, rame kalo suda bareng ...

Peneliti: Baik ibu... terima kasih informasinya

SO : Iya mbak sama-sama...

GAMBARAN UMUM SEKOLAH

1. Sejarah

SMK N 1 Sanden berdiri pada tahun 1978. Berdiri atas pemikiran strategis pemerintah daerah Bantul, untuk memiliki sekolah yang menghasilkan sumber daya manusia yang mampu mengolah potensi kelautan di kabupaten Bantul. SMK N 1 Sanden mendidik siswanya menjadi siswa yang tangguh, gigih, disiplin dan bertanggung jawab dengan cara latihan setiap hari yang didampingi oleh dua personel dari PANAL (Pangkalan Angkatan Laut). Diharapkan dengan adanya latihan fisik siswa dapat memiliki kesehatan yang baik, berupa kesehatan jasmani dan rohani yang berpandangan luas tentang potensi kelautan, serta berani menghadapi tantangan dari alam. Pada awal ajaran baru, para siswa akan mendapatkan latihan dasar-dasar kedinian disingkat LDDK.

2. Letak Geografis

SMK N 1 Sanden beralamat di Jalan Samas KM 11, Ngemplak, Srigading, Sanden, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. SMK N 1 Sanden berada pada kecamatan bagian selatan di kabupaten Bantul, yang berbatasan langsung dengan Samudra Hindia di sebelah selatan, Kecamatan Kretek di sebelah timur, Kecamatan Srandakan di sebelah barat, dan Kecamatan Pandak di sebelah utara.

3. Visi dan Misi SMK N 1 SANDEN

a. Visi

Menyiapkan tenaga kerja tingkat menengah yang menguasai IPTEK dan IMTAQ. Mampu bekerjasama dan berkompetensi profesional mandiri sesuai dengan dunia kerja.

b. Misi

- 1) Mempertahankan Kelulusan Ujian Negara 100%
- 2) Nilai rata-rata pada Ujian Nasional naik paling tidak 0,25 dari tahun ajaran sebelumnya
- 3) Meningkatkan jumlah peserta didik 200% dari tahun sebelumnya
- 4) Meningkatkan jumlah kerjasama DUDI menjadi 100% dari tahun sebelumnya
- 5) Meningkatkan kompetensi guru melalui jumlah sertifikat pendidikan dan pelatihan menjadi 10% lebih banyak dari tahun sebelumnya
- 6) Meningkatkan efisiensi Kegiatan Pengukuran Kompetensi Pendidik dan Peserta didik melalui system digitalisasi Ujian.
- 7) Meningkatkan fasilitas sekolah melalui dana bantuan yang meningkat 25% lebih banyak dari tahun sebelumnya

4. Profil Sekolah

Nama Kepala Sekolah	: Slamet Raharja, MPd
Tanggal Berdiri	: Tahun 1978
Alamat Sekolah	: Jalan Samas KM 11, Ngemplak, Srigading, Sanden,Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta
Luas Sekolah	: 1.000 m ²
Jumlah Lokal	: 1 perpustakaan, 1 laboratorium, 33 ruang kelas, 1 kantor guru, 10 kamar mandi
Jumlah Siswa	: 430 orang
No izin pendirian	: 105 Tahun 2004
No SK akreditasi	: 053/BAN-SM/SK/2019
Akreditasi	: A
NPSN	: 20400433

DOKUMENTASI

FOTO SAAT PENGUMPULAN SUBJEK



FOTO SAAT WAWANCARA DENGAN SUBJEK



CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Nurul Jannah, S.Sos.I
Tempat/Tgl. Lahir : Sidomulyo, 08 Mei 1994
Alamat rumah : Klenggotan RT 01, Srimulyo, Piyungan, Bantul
Daerah Istimewa Yogyakarta, 55792
Alamat rumah : Jl. Parasamya, Beran, Tridadi, Beran Kidul, Tridadi
Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55511
Nama Ayah : Syarmuhdi
Nama Ibu : Sarinah

B. Riwayat Pendidikan

1. SD N Tri Tunggal Jaya 2001-2006
2. SMP N 01 Penawar Tama Tulang Bawang Lampung 2006-2008
3. MA Madrasah Ibnul Qoyyim Sleman 2008-2011
4. S1 2011-2015
5. S2 2016-2020

C. Riwayat Pekerjaan

Satuan Bhakti Pekerja Sosial Perlindungan Anak (Peksos Anak) 2016-
sekarang

D. Prestasi/Penghargaan

1. Jambore kesiap siagaan bencana tsunami Tingkat Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta 2014
2. Jambore Nasional kesiap siagaan bencana gempa oleh BPBD Daerah Istimewa Yogyakarta 2015

E. Pengalaman Organisasi

1. Anggota Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah 2011-2012
2. Ketua Bidang Pengkaderan Komisariat Fakultas Dakwah Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah 2013
3. Ketua Bidang Sosial Pemberdayaan Cabang Depok Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah 2014
4. Sekertaris umum Himpunan Pelajar dan Mahasiwa Tulang Bawang 2014-2015
5. Sekertaris forum Satuan Bhakti Pekerja Sosial Perlindungan Anak DIY 2016-2017
6. Bendahara forum Satuan Bhakti Pekerja Sosial Perlindungan Anak DIY 2019-sekarang

F. Karya Ilmiah

1. Buku

Pengembangan Kreativitas dalam Pendidikan. Yogyakarta, Cantrik Pustaka. Publishing 2018.

2. Penelitian

Peran Pemerintah Kabupaten Bantul Dalam Pemberdayaan Masyarakat Melalui Program Community Development Mengentaskan Kemiskinan Pada Kelompok Ternak Kambing Di Kampung Bumen Wetan, Dusun Gilang, Bantul, Yogyakarta. Skripsi, UIN Sunan Kalijaga 2015.