

REGULASI EMOSI SEBAGAI MEDIATOR KEBERFUNGSIAN KELUARGA TERHADAP KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF SISWA REMAJA

Safira Shofa Suroyya¹, Tina Afiatin²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Jl. Sosio Humaniora, Bulaksumur,
Yogyakarta

E-mail: ¹safira.s.s@mail.ugm.ac.id, ²afiatin04@ugm.ac.id

Abstract. *The COVID-19 pandemic has had a major impact on the lives of teenage students. Preliminary studies show that 80% of adolescents experience a decline in mental health conditions, thereby triggering negative emotions in adolescent students and affecting subjective well-being. The subjective well-being of adolescent students is also influenced by family functioning. This study aims to determine the role of family functioning on the subjective well-being of adolescent students during a pandemic mediated by emotion regulation. The participants of this study were 260 teenage students who lived with their parents during the pandemic who were taken through purposive sampling method. The measuring instrument used in this study consisted of three measuring instruments, namely family functioning, emotional regulation, and subjective well-being. The results of data analysis using mediation analysis showed that the indirect effect coefficient was $b = 0.047$ with the lower CI being at 0.021 while the upper CI was 0.078. The results of the study prove that emotional regulation can mediate family functioning on the subjective well-being of adolescent students.*

Keywords: *subjective well-being, family functioning, COVID-19 pandemic, emotional regulation*

Abstrak. Pandemi COVID-19 membawa dampak besar pada kehidupan siswa remaja. Studi pendahuluan menunjukkan bahwa 80% remaja mengalami penurunan kondisi kesehatan mental, sehingga memicu emosi negatif pada siswa remaja dan mempengaruhi kesejahteraan subjektif. Kesejahteraan subjektif siswa remaja juga dipengaruhi oleh keberfungsian keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran keberfungsian keluarga terhadap kesejahteraan subjektif siswa remaja selama pandemi yang dimediasi oleh regulasi emosi. Partisipan penelitian ini yaitu 260 siswa remaja yang tinggal bersama orang tua selama pandemi yang diambil melalui metode *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari tiga alat ukur yaitu keberfungsian keluarga, regulasi emosi, dan kesejahteraan subjektif. Hasil analisis data dengan menggunakan analisis mediasi didapatkan hasil koefisien efek tidak langsung sebesar $b = 0,047$ dengan CI *lower* berada pada 0,021 sedangkan CI *upper* 0,078. Hasil penelitian membuktikan bahwa regulasi emosi dapat menjadi mediator keberfungsian keluarga terhadap kesejahteraan subjektif siswa remaja.

Kata kunci: *Keberfungsian keluarga, Kesejahteraan subjektif, Pandemi COVID-19, Regulasi emosi*