

## ABSTRAK

**Hani Aviriani. 2019. Pengelolaan Emosi Remaja Awal. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang.**

Remaja merupakan masa dimana individu mengalami transisi perkembangan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yaitu mampu dalam kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Emosi dapat mempengaruhi cara berpikir individu bahkan tindakan. Ketidakmampuan mengelola emosi merupakan gambaran adanya emosi-emosi yang tidak terkendali dan mencerminkan ketidakseimbangan emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengelolaan emosi remaja awal ditinjau dari kemampuan mengendalikan interpretasi stimulus-stimulus yang menimbulkan emosi dan kemampuan mengendalikan ekspresi dari emosi yang muncul.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Populasi penelitian adalah siswa SMP N 7 Padang berjumlah 785 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 265 orang ditetapkan dengan *proportional random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket model skala *likert*. Data yang diperoleh diolah dengan menggunakan teknik persentase.

Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa kemampuan pengelolaan emosi siswa dalam mengendalikan interpretasi stimulus-stimulus yang menimbulkan emosi berada pada kategori baik dengan persentase 67,5%, dan kemampuan siswa dalam mengendalikan ekspresi dari emosi yang muncul berada pada kategori baik dengan persentase 70,2%. Jadi kemampuan mengelola emosi remaja awal tergolong baik dengan persentase 76,6%.

**Keywords:** Pengelolaan Emosi, Remaja Awal.