

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran regulasi emosi dalam membentuk kesiapan menikah pada generasi-z. Data diperoleh melalui kuisioner “Regulasi Emosi dan Kesiapan Menikah.” Subjek dalam penelitian ini berjumlah tiga ratus delapan puluh lima orang mahasiswa yang diperoleh berdasarkan metode *purposive sampling* sesuai dengan karakteristik dan dianggap mewakili generasi-z di Universitas Malikussaleh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa generasi-z di Universitas Malikussaleh memiliki regulasi emosi yang tinggi, artinya sebagian besar responden mampu mengelola dan mengekspresikan emosinya dengan cara yang tepat dan sehat. Namun, ditemukan pula bahwa sebagian besar mahasiswa generasi-z memiliki kesiapan menikah yang masih rendah. Ini menunjukkan bahwa masih banyak individu yang belum siap secara emosional, sosial, finansial, dan peran untuk menjalani kehidupan pernikahan secara menyeluruh. Hal ini dikarenakan mahasiswa generasi-z di Universitas Malikussaleh meskipun sudah mampu mengontrol emosinya, namun belum sepenuhnya mampu menunjukkan kesiapan menikah yang matang, terutama dalam aspek kesiapan finansial dan peran yang meliputi kemampuan dalam mengelola tanggung jawab, menjalankan peran sebagai pasangan hidup, serta hidup mandiri tanpa bergantung pada orang tua.

Kata kunci: Generasi Z, Kesiapan Menikah, Regulasi Emosi

ABSTRACT

This study aims to obtain an overview of emotional regulation in shaping marriage readiness in generation-z. Data were obtained through the questionnaire "Emotional Regulation and Marriage Readiness." The subjects in this study were 385 students who were obtained through a purposive sampling method according to the characteristics and were considered to represent generation-z at Malikussaleh University. The results showed that the majority of generation-z students at Malikussaleh University have high emotional regulation, meaning that most respondents are able to manage and express their emotions in an appropriate and healthy manner. However, it was also found that the majority of generation-z students have low marriage readiness. This indicates that many individuals are still not emotionally, socially, financially, and role-ready to live a complete married life. This is because generation-z students at Malikussaleh University, although they are able to control their emotions, are not yet fully able to demonstrate mature marriage readiness, especially in aspects of financial and role readiness which include the ability to manage responsibilities, carry out the role of a life partner, and live independently without relying on parents.

Keywords: *emotion regulation, Generation Z, marital readiness,*