

**PENGARUH KEBERFUNGSIAN KELUARGA TERHADAP
REGULASI EMOSI PADA REMAJA AWAL
SKRIPSI**



Disusun Oleh:
YUSRINA NAILY FARIH
NIM. 111811133182

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2022

**PENGARUH KEBERFUNGSIAN KELUARGA TERHADAP
REGULASI EMOSI PADA REMAJA AWAL**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Universitas Airlangga Surabaya

Disusun Oleh;
YUSRINA NAILY FARIH
NIM. 111811133182

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2022



SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa apa yang tertulis dalam skripsi ini adalah benar adanya dan merupakan hasil karya saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertulis dalam skripsi yang saya peroleh dari karya tulis orang lain, telah saya tuliskan sumbernya dengan jelas sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah.

Apabila pada kemudian hari ditemukan adanya plagiasi dalam skripsi saya, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang telah saya sandang, beserta segala konsekuensinya sesuai dengan peraturan yang berlaku

Sidoarjo, 26 Maret 2022
Penulis



Yusrina Nailly Farih
NIM. 111811133182

HALAMAN PERSETUJUAN

**(PENGARUH KEBERFUNGSIAN KELUARGA TERHADAP REGULASI EMOSI
PADA REMAJA AWAL)**

Surabaya, 25 Maret 2022

Skripsi ini telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi



Dr. Primatia Yogi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog
NIP. 197901032006042001

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji

Pada hari Senin tanggal 18 April 2021

Dengan susunan Dewan Penguji

Ketua,



Dr. Nur Ainy Fardhana N., M.Si., Psikolog

NIP. 197202271998022001

Sekretaris,



Dr. Duta Nurdibyanandaru, MS., Psikolog

NIK. 195501032020037101

Anggota,



Dr. Primatia Yogi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

NIP. 197901032006042001

HALAMAN MOTTO

***“Berikanlah saya ketenangan untuk menerima apa yang tidak bisa diubah,
keberanian untuk mengubah apa yang bisa diubah, dan kebijaksanaan untuk
tahu perbedaan antara keduanya”***

HALAMAN PERSEMBAHAN

*Kepada diri sendiri,
Terima kasih telah berjuang dan menyelesaikan apa yang telah dimulai.
Terima kasih untuk tidak pernah menyerah dan selalu mencari solusi atas segala
permasalahan hingga akhir.*

*Kepada almarhum ayah, Ibu, dan adik tercinta,
terima kasih telah mendoakan dan memberikan dukungan*

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Semoga nantinya ilmu yang didapatkan oleh penulis dapat bermanfaat, baik itu bagi penulis sendiri maupun orang lain. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, namun tentunya berkat dorongan dan dukungan dari berbagai pihak, skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati dan penuh rasa hormat, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Suryanto, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga
2. Dr. Primatia Yogi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing penulis selama seminar hingga skripsi. Terima kasih telah meluangkan waktunya dalam membantu, memberikan arahan, dukungan, dan motivasi kepada penulis hingga akhir penyusunan skripsi.
3. Dimas Aryo Wicaksono, S.Psi., M.Sc, selaku dosen wali yang memberikan arahan, pendampingan, dukungan, dan motivasi selama penulis menempuh perkuliahan.
4. Seluruh dosen, staff, dan karyawan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga atas ilmu, pengalaman, bantuan dan pelajaran yang telah diberikan kepada penulis.
5. Seluruh responden yang telah meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner penelitian dan membantu peneliti dalam penyusunan skripsi.

6. Hapsari Dinar Pratiwi, S.Psi dan Easter Fransiska Erdyanto, S.Psi, yang telah memberikan izin kepada penulis untuk menggunakan alat ukur yang telah diadaptasi.
7. Almarhum ayah yang tercinta dan terkasih, terima kasih atas doa dan dukungan yang tak terbatas meskipun tidak bisa mendampingi sampai akhir penyelesaian skripsi ini. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan ampunan dan rahmat kepada beliau.
8. Ibu dan Adik tercinta dan terkasih, terima kasih atas segala doa, dukungan, saran, dan motivasi yang tak henti-hentinya diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih untuk mau membantu penulis bangkit, melangkah dan berjuang bersama hingga saat ini.
9. Keluarga besar penulis khususnya mbak lia, dek ica, mbak zia, terima kasih atas segala doa dan dukungan yang diberikan kepada penulis.
10. Fathia Nisrina, Nabila Ayu Mutiara, Salsabila Denita selaku sahabat penulis selama menjalani perkuliahan. Terima kasih atas semangat, canda tawa dan kerjasamanya. Terima kasih telah mengajarkan banyak hal baik dan menjadi sahabat yang sangat baik.
11. Meiko Fairuzia Ardiany dan Cristalia Nur Annisa, selaku teman penulis. Terima kasih atas bantuan, dukungan dan motivasi selama proses pengerjaan skripsi. Terima kasih untuk selalu bersedia berdiskusi dengan penulis dan mengatakan bahwa kamu bisa melewati proses ini.
12. Khofifah dan Ega selaku kakak tingkat penulis. Terima kasih telah bersedia untuk menjadi tempat penulis bertanya dan berdiskusi tentang skripsi.

Terima kasih atas segala bantuan dan dukungan selama proses pengerjaan skripsi.

13. Keluarga besar Fasilitator 2019. Terima kasih telah menjadi tempat awal penulis dalam berproses dan membuat penulis dapat keluar dari “zona nyaman”. Terima kasih atas segala canda tawa, pengalaman dan kebersamaan yang tidak akan pernah terlupakan.
14. Magangers26 LP3T. Mas Bito, Mas Tompul, Mas Mahok, Mas Pandu, Riski, Meiko, Talia, Farah, Mbak Kop, Mbak Zahra, Mbak Mutia, Mbak Elda, Mbak Heni, Mbak Dela, Mbak Qila, Mbak Isma. Terima kasih atas pengalaman, canda tawa, kerja sama dan suka duka selama magang di LP3T. Terima kasih telah mengajarkan banyak hal tentang kehidupan.
15. Ratna, Firda, Rizqa, Irine dan seluruh teman SMA penulis. Terima kasih atas segala dukungan dan motivasi kepada penulis. Terima kasih untuk tetap menjadi tempat penulis dalam menemukan kebahagiaan dan berbagi keluh kesah.
16. Rafah selaku teman satu bimbingan. Terima kasih atas dukungan dan diskusinya selama proses pengerjaan skripsi.
17. Seluruh pihak yang terlibat, namun tidak bisa disebutkan satu per satu. Terima kasih atas kontribusi dan dukungan yang diberikan kepada penulis hingga skripsi ini dapat terselesaikan.

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	i
HALAMAN MOTTO	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	14
1.3. Batasan Masalah	18
1.4. Rumusan Masalah.....	18
1.5. Tujuan Penelitian	19
1.6. Manfaat Penelitian	19
1.6.1 Manfaat teoritis.....	19
1.6.2 Manfaat praktis	19
BAB II.....	20
TINJAUAN PUSTAKA	20
2.1. Konsep Remaja Awal.....	20
2.2. Karakteristik Remaja Awal	20
2.3. Perkembangan Remaja.....	21
2.4. Definisi Regulasi Emosi.....	23
2.5. Proses Regulasi Emosi	24
2.6. Aspek-aspek regulasi emosi.....	25

2.7. Strategi Regulasi Emosi	27
2.8. Faktor yang mempengaruhi regulasi emosi	28
2.9. Definisi Keberfungsian Keluarga.....	33
2.10. Dimensi Keberfungsian Keluarga	34
2.11. Hubungan Antar Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Emosi.....	41
2.12. Kerangka Konseptual	45
2.13. Hipotesis.....	45
BAB III	46
METODE PENELITIAN.....	46
3.1. Tipe Penelitian	46
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian.....	46
3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	47
3.4. Subjek Penelitian.....	50
3.4.1. Populasi Penelitian.....	50
3.4.2. Sampel Penelitian.....	51
3.5. Teknik Pengumpulan Data.....	51
3.5.1. Alat Ukur Regulasi Emosi	52
3.5.2. Alat Ukur Keberfungsian Keluarga	53
3.6. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	54
3.6.1. Validitas	54
3.6.2. Reliabilitas	55
3.7. Analisis Data	58
BAB IV	60
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	60
4.1. Gambaran Subjek Penelitian	60
4.2 Pelaksanaan Penelitian	62
4.2.1 Persiapan Penelitian	62
4.2.2 Pengambilan data	65
4.2.3 Hambatan Penelitian	66
4.3 Hasil Penelitian	67
4.3.1 Analisis Statistik Deskriptif	67

4.3.2 Kategorisasi Skor Subjek	69
4.3.4 Uji Hipotesis	72
4.4 Pembahasan.....	74
4.5. Keterbatasan Penelitian.....	79
BAB V.....	81
KESIMPULAN DAN SARAN.....	81
5.1. Kesimpulan	81
5.2. Saran.....	81
5.2.1. Saran teoritis.....	81
5.2.2. Saran Praktis	82
DAFTAR PUSTAKA	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	45
---------------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint ERQ.....	52
Tabel 3. 2 Klasifikasi Skor ERQ.....	52
Tabel 3. 3 Blueprint FAD.....	53
Tabel 3. 4 Klasifikasi Skor FAD.....	54
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabilitas.....	57
Tabel 4. 1 Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	60
Tabel 4. 2 Karakteristik Subjek Berdasarkan Usia	60
Tabel 4. 3 Karakteristik Subjek Berdasarkan Asal Daerah.....	61
Tabel 4. 4 Analisis Deskriptif	67
Tabel 4. 5 Norma Kategorisasi.....	69
Tabel 4. 6 Kategorisasi Skala FAD.....	69
Tabel 4. 7 Kategorisasi Skala ERQ.....	70
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas	71
Tabel 4. 9 Hasil Uji Linearitas	72
Tabel 4. 10 Hasil Uji Regresi Sederhana FAD dan ERQ	73
Tabel 4. 11 Hasil Uji Determinasi FAD dan ERQ.....	73

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Izin Penggunaan Alat Ukur Keberfungsian Keluarga (Family Assessment Device)	89
Lampiran 2: Izin Penggunaan Alat Ukur Regulasi Emosi (Emotion Regulation Questionnaire)	90
Lampiran 3: Kuesioner Penelitian	90
Lampiran 4: Data Pre Elim Study	94
Lampiran 5: Data Kasar FAD	95
Lampiran 6: Data Kasar ERQ	99
Lampiran 7: Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas	103
Lampiran 8: Hasil Uji Deskriptif	125
Lampiran 9: Hasil Uji Normalitas	125
Lampiran 10: Hasil Uji Linearitas	127
Lampiran 11: Hasil Uji Regresi	127

ABSTRAK

Yusrina Naili Farih, 111811133182, Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Regulasi Emosi pada Remaja Awal, Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, 2022. xiii + 92 halaman, 37 lampiran

Remaja awal merupakan individu yang berusia 12 sampai 15 tahun. Pada masa remaja awal, individu akan lebih sering untuk mengalami fluktuasi emosi dan cenderung meledak-ledak serta tidak mampu mengontrol emosinya. Kemampuan yang dimiliki individu untuk mengatur emosi guna mencapai keseimbangan emosional disebut dengan regulasi emosi (Gross, 2014). Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi salah satunya yaitu keluarga. Dalam hal ini, keluarga dapat menjadi pilar dalam membentuk ketahanan pondasi mental dan kejiwaan remaja pada fase awal perkembangannya yang akan berpengaruh dan menentukan keberhasilan fase perkembangan berikutnya. Keberfungsian keluarga adalah konstruk multidimensional yang menggambarkan kegiatan dan interaksi keluarga untuk memenuhi tujuannya (Epstein, dkk., 2000). Oleh karena itu, keluarga dengan fungsi yang buruk akan berdampak pada kesulitan anak dalam mempelajari respons emosional yang tepat dan kurangnya keterampilan regulasi emosi sebagai orang dewasa muda.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh keberfungsian keluarga terhadap regulasi emosi pada remaja awal. Subjek penelitian adalah 162 remaja awal yang berusia 13-15 tahun dan sedang tinggal bersama keluarga. Pengumpulan data menggunakan metode survei dengan dua instrumen yaitu skala *family assessment device* dan *emotion regulation questionnaire*. Analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana dengan bantuan program IBM SPSS Statistics 22.0 for Windows.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga berpengaruh terhadap regulasi emosi pada remaja awal ($p=0,001$). Penelitian ini juga menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga memiliki pengaruh sebesar 7% terhadap regulasi emosi pada remaja awal. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin berfungsi suatu keluarga maka semakin baik pula regulasi emosi yang dimiliki remaja awal. Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya oleh Uci & Savira (2019) terkait dengan hubungan keberfungsian keluarga dengan regulasi emosi.

Kata Kunci: keberfungsian keluarga, regulasi emosi, remaja awal
Daftar Pustaka, 65 (1995-2021)

ABSTRACT

Yusrina Naili Farih, 111811133182, The Effect of Family Functioning on Emotion Regulation in Early Adolescence, Undergraduate Thesis, Faculty of Psychology, Universitas Airlangga, 2022. xiii + 92 pages, 37 appendixes

Early adolescents are individuals aged 12 to 15 years. In early adolescence, individuals will more often experience emotional fluctuations, tend to be explosive and unable to control their emotions. The ability of individuals to regulate emotions in order to achieve emotional balance is called emotional regulation (Gross, 2014). There are several factors that can affect emotional regulation, one of which is family. In this case, the family can be a pillar in forming the resilience of the mental and psychological foundations of adolescents in the early stages of their development which will influence and determine the success of the next developmental phase. Family functioning is a multidimensional construct that describes family activities and interactions to fulfill their goals (Epstein, et al., 2000). Therefore, families with poor functioning will have an impact on children's difficulties in learning appropriate emotional responses and lack of emotion regulation skills as young adults.

This study aims to determine the effect of family functioning on emotion regulation in early adolescence. The study participants were 162 early adolescents aged 13-15 years and living with their families. Collecting data using the survey method with two instruments, namely the *family assessment device* and *emotion regulation questionnaire*. Data analysis used a simple linear regression test with IBM SPSS Statistics 22.0 for Windows program.

The results showed that family functioning had an effect on emotional regulation in early adolescence ($p=0.001$). This study also shows that family functioning has a 7% influence on emotion regulation in early adolescence. Based on these results indicate that the more functioning a family, the better the emotional regulation of early adolescents. The results of this study support the results of previous research by Uci & Savira (2019) regarding the relationship between family functioning and emotional regulation.

Keywords: *family functioning, emotion regulation, early adolescence*
References, 65 (1995-2021)