

**PENGARUH KETERLIBATAN AYAH DAN REGULASI EMOSI
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PADA REMAJA
AKHIR**



Dita Gustiana Pratiwi

1125140022

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

Agustus 2018

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN
PANITIA SIDANG SKRIPSI**

**PENGARUH KETERLIBATAN AYAH DAN REGULASI EMOSI TERHADAP
PSYCHOLOGICAL WELL BEING PADA REMAJA AKHIR**

Nama Mahasiswa : Dita Gustiana Pratiwi
NIM : 1125140022
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 7 Agustus 2018

Pembimbing I	Pembimbing II
	
Mira Ariyani, Ph.D NIP. 197512012006042001	Erik, M.Si NIDK. 8844660018

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M. Psi (Penanggungjawab)*		17/8/18
Dr. Gungam Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		13/8/18
Prof. Dr. Burhanuddin Tola, M.A (Ketua Penguji)***		13/8/18
Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd (Anggota)****		13/8/18
Fitri Lestari Issom, M.Si (Anggota)****		13/8/18

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Dita Gustiana Pratiwi

NIM : 1125140022

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Pengaruh Keterlibatan Ayah dan Regulasi Emosi terhadap *Psychological Well Being* pada Remaja Akhir" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Januari sampai dengan bulan Juli 2018.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, Juli 2018

Yang Membuat Pernyataan



(Dita Gustiana Pratiwi)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Allah doesn’t burden a soul beyond that it can bear:

(Surah Al-Baqarah:286)

“So be patient. Indeed, the promise of Allah is truth”

(Quran 30:60)

~Teruntuk Papah dan Mamah yang selalu iringi langkahku dengan cinta dan doa.~

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan
dibawah ini :

Nama : Dita Gustiana Pratiwi
NIM : 1125140022
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Pendidikan Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan
kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri
Jakarta **Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas
karya ilmiah saya yang berjudul :

*"Pengaruh Keterlibatan Ayah dan Regulasi Emosi terhadap Psychological Well
Being pada Remaja Akhir"*

Berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti
Non-eksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas
Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam
bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya
selama tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti/pencipta dan sebagai pemilik
Hak Cipta.

Demikian Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada Tanggal : Juli 2018
Yang menyatakan


(11 6000 2018)

(Dita Gustiana Pratiwi)

DITA GUSTIANA PRATIWI

**PENGARUH KETERLIBATAN AYAH DAN REGULASI EMOSI
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PADA REMAJA AKHIR**

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi,

Universitas Negeri Jakarta

(2018)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan menggunakan metode *ex-post facto*. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Teknik sampling yang digunakan adalah *quota sampling* dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 304 orang responden. Pengujian hipotesis dengan analisis regresi linier berganda dua prediktor. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir. Variabel keterlibatan ayah dan regulasi emosi secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap *psychological well being* remaja akhir sebesar 20,3%.

Kata Kunci : *Psychological Well Being*, Keterlibatan Ayah, Regulasi Emosi, Remaja Akhir

DITA GUSTIANA PRATIWI

**THE EFFECT OF FATHER INVOLVEMENT AND EMOTION
REGULATION ON *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* IN LATE
ADOLESCENCE**

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi,

Universitas Negeri Jakarta

(2018)

ABSTRACT

This research aim to find the effect of father involvement and emotion regulasion on psychological well being in late adolescence. This research is quantitative research and used ex-post facto as a method. Data collection technique using questioner. Sampling technique using quota sampling with 304 people as respondents. The hypothesis were tested by using double predictor regression analysis. Based on the result in this research showed that there is a significant posistive effect of father involvement and emotion regulation on psychological well being in late adolescence. Variables father involvement and emotion regulation simultaneously contribute 20,3% to psychological well being in late adolescence.

Keyword : Psychological Well Being, Father Involvement, Emotion Regulation, Late Adolesence.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana psikologi. Penyusunan skripsi ini juga tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Gantina Komalasari, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Aryani, Ph.D selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi dan juga selaku dosen pembimbing pertama yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan ilmu yang bermanfaat dalam proses penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Erik, M.Si selaku dosen pembimbing kedua yang telah memberikan membimbing dan memberikan masukan dalam proses penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Burhanuddin Tola, M.A selaku pembimbing akademik yang telah memberikan arahan terkait akademik selama penulis menempuh studi di Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan banyak ilmu yang berharga kepada penulis selama proses perkuliahan.
6. Seluruh Staff Administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah banyak membantu penulis dalam proses administrasi selama perkuliahan.
7. Kedua orangtua Suhardono dan Anna yang selalu mendukung, mendoakan, memberikan perhatian, dan memenuhi segala kebutuhan peneliti.
8. Adisti dan Arya selaku saudara kandung yang selalu memberikan semangat dan doa kepada peneliti.

9. Rekan-rekan keluarga besar mahasiswa Psikologi Angkatan 2014, khususnya rekan-rekan Kelas B 2014 yang telah mewarnai hari-hari penulis dan yang telah melewati suka duka bersama selama masa perkuliahan.
10. Neno Adani selaku teman payung penelitian yang telah banyak membantu, memberikan semangat, dan tempat bertukar pikiran.
11. Shinta, Rani, Fiany, Fairuz, Rofiqoh selaku tempat berbagi keluh kesah dan *supporting system* selama perkuliahan.
12. Rekan-rekan bimbingan Bu Mira (Neno, Dyas, Ranti, Uti, Jita, Laras, Bella, Karin) yang saling membantu selama proses bimbingan.
13. Aqsa, Lisa, Tyas, Riri, Akila, Carol, Dina, Indah yang telah ikut membantu dalam penelitian ini.
14. Pihak-pihak yang mungkin tanpa disadari telah berjasa membantu kelancaran penyusunan skripsi ini.

Penulis berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan juga bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang psikologi. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan, oleh karena itu penulis memohon maaf.

Jakarta, Juli 2018

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	8
1.3. Pembatasan Masalah	8
1.4. Rumusan Masalah	9
1.5. Tujuan Penelitian	9
1.6. Manfaat Penelitian	9
1.6.1. Manfaat Teoritis	9
1.6.2. Manfaat Praktis	10
BAB II KAJIAN TEORI	11
2.1. <i>Psychological well being</i>	11
2.1.1. Sejarah <i>Psychological well being</i>	11
2.1.2. Definisi <i>Psychological well being</i>	12
2.1.3. Dimensi <i>Psychological well being</i>	13
2.1.4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological well being</i>	17
2.2. Keterlibatan Ayah	19
2.2.1. Definisi Keterlibatan Ayah	19
2.2.2. Dimensi Keterlibatan Ayah.....	21

2.2.3.	Dampak Keterlibatan Ayah.....	22
2.3.	Regulasi Emosi	24
2.3.1.	Definisi Regulasi Emosi.....	24
2.3.2.	Proses Model Regulasi Emosi.....	25
2.3.3.	Strategi Regulasi Emosi	26
2.4.	Remaja Akhir	27
2.4.1.	Definisi Remaja Akhir	27
2.4.2.	Perkembangan Remaja Akhir	28
2.5.	Hubungan antara Keterlibatan Ayah dan Regulasi Emosi dengan <i>Psychological well being</i> pada Remaja	30
2.6.	Kerangka Berpikir.....	33
2.7.	Hipotesis	34
2.8.	Hasil Penelitian Yang Relevan	34
BAB III	METODOLOGI.....	39
3.1.	Tipe Penelitian	39
3.2.	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel.....	40
3.2.1.	Identifikasi Variabel Penelitian.....	40
3.2.2.	Definisi Konseptual.....	40
3.2.3.	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	41
3.3.	Populasi dan Sampel	43
3.3.1.	Populasi.....	43
3.3.2.	Sampel.....	43
3.4.	Teknik Pengumpulan Data.....	44
3.4.1.	Instrumen <i>Psychological well being</i>	45
3.5.2.	Instrumen Keterlibatan Ayah	48
3.5.3.	Instrumen Regulasi Emosi	50
3.6.	Uji Coba Instrumen.....	51
3.6.1.	Uji Coba Instrumen <i>Psychological Well Being</i>	52
3.6.2.	Uji Coba Instrumen Keterlibatan Ayah.....	54
3.6.3.	Uji Coba Instrumen Regulasi Emosi.....	56
3.7.	Analisis Data.....	58
3.7.1.	Perumusan Hipotesis.....	58

3.7.2. Uji Asumsi	59
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	61
4.1. Gambaran Responden/Subjek Penelitian	61
4.1.1. Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Usia.....	61
4.1.2. Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	62
4.2. Prosedur Penelitian	63
4.2.1. Persiapan Penelitian	63
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian.....	65
4.3. Hasil Analisis Data Penelitian.....	66
4.3.1. Data Statistika Deskriptif <i>Psychological Well Being</i>	66
4.3.2. Data Statistika Deskriptif Keterlibatan Ayah.....	70
4.3.3. Data Statistika Deskriptif Regulasi Emosi	73
4.3.4. Uji Normalitas.....	77
4.3.5. Uji Linieritas dan Multikolinieritas.....	78
4.3.6. Uji Korelasi	81
4.3.4. Uji Hipotesis	82
4.4. Pembahasan.....	87
4.5. Keterbatasan Penelitian.....	89
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	90
5.1. Kesimpulan	90
5.1.1 Kesimpulan Hipotesis Mayor.....	90
5.1.2 Kesimpulan Hipotesis Minor.....	90
5.1.3 Kesimpulan Hipotesis Minor.....	90
5.2. Implikasi	91
5.3. Saran	91
5.3.1 Saran Bagi Remaja	91
5.3.2 Saran Bagi Orangtua	91
5.3.3 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya	91
DAFTAR PUSTAKA.....	93
LAMPIRAN.....	97

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skoring Skala <i>Psychological Well Being</i>	46
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Psychological Well Being</i>	47
Tabel 3.3 Skoring Skala Keterlibatan Ayah.....	49
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Skala Keterlibatan Ayah	49
Tabel 3.5 Skoring Skala Regulasi Emosi	51
Tabel 3.6 <i>Blueprint</i> Skala Regulasi Emosi	51
Tabel 3.7 Kaidah Reliabilitas Model <i>Rasch</i>	52
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Skala <i>Psychological Well Being</i>	53
Tabel 3.9 <i>Blueprint</i> Final Skala <i>Psychological Well Being</i>	53
Tabel 3.10 Hasil Koefisien Reliabilitas Skala <i>Psychological Well Being</i>	54
Tabel 3.11 Hasil Uji Validitas Skala Keterlibatan Ayah	55
Tabel 3.12 <i>Blueprint</i> Final Skala Keterlibatan Ayah.....	55
Tabel 3.13 Hasil Koefisien Reliabilitas Skala Keterlibatan Ayah	56
Tabel 3.14 Hasil Uji Validitas Skala Regulasi Emosi	57
Tabel 3.15 <i>Blueprint</i> Final Skala Regulasi Emosi	57
Tabel 3.16 Hasil Koefisien Reliabilitas Skala Regulasi Emosi	57
Tabel 4.1 Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia.....	61
Tabel 4.2 Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	62
Tabel 4.3 Distribusi Deskriptif Data <i>Psychological Well Being</i>	66
Tabel 4.4 Kategorisasi Skor <i>Psychological Well Being</i>	68
Tabel 4.5 Kategorisasi Skor <i>Psychological Well Being</i> Berdasarkan Usia	68
Tabel 4.6 Kategorisasi Skor <i>Psychological Well Being</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	69
Tabel 4.7 Distribusi Deskriptif Data Keterlibatan Ayah.....	70
Tabel 4.8 Kategorisasi Keterlibatan Ayah	71
Tabel 4.9 Kategorisasi Keterlibatan Ayah Berdasarkan Usia.....	72
Tabel 4.10 Kategorisasi Keterlibatan Ayah Berdasarkan Jenis Kelamin	73

Tabel 4.11 Distribusi Deskriptif Data Regulasi Emosi.....	74
Tabel 4.12 Kategorisasi Skor Regulasi Emosi.....	75
Tabel 4.13 Kategorisasi Skor Regulasi Emosi Berdasarkan Usia	75
Tabel 4.14 Kategorisasi Skor Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin	76
Tabel 4.15 Uji Normalitas.....	77
Tabel 4.16 Uji Linieritas	79
Tabel 4.17 Uji Multikolinieritas.....	81
Tabel 4.18 Uji Korelasi	81
Tabel 4.19 Uji Signifikansi Keseluruhan	82
Tabel 4.20 Uji Model Summary.....	83
Tabel 4.21 Uji Signifikansi Keseluruhan	84
Tabel 4.22 Uji Model Summary.....	84
Tabel 4.23 Uji Signifikansi Keseluruhan	85
Tabel 4.24 Uji Model Summary.....	86
Tabel 4.25 Uji Persamaan Regresi	86

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	33
Gambar 4.1 Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	62
Gambar 4.2 Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	63
Gambar 4.3 Distribusi Deskriptif Data <i>Psychological Well Being</i>	67
Gambar 4.4 Distribusi Deskriptif Data Keterlibatan Ayah	71
Gambar 4.5 Distribusi Deskriptif Data Regulasi Emosi	74
Gambar 4.6 Scatter Plot Linieritas <i>Psychological Well Being</i> dan Keterlibatan Ayah	80
Gambar 4.7 Scatter Plot Linieritas <i>Psychological Well Being</i> dan Regulasi Emosi.	80

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Psychological Well Being</i>	97
Lampiran 2 Uji Validitas dan Reliabilitas Keterlibatan Ayah	99
Lampiran 3 Uji Validitas dan Reliabilitas Regulasi Emosi	101
Lampiran 4 Analisis Data Statistik SPSS	103
Lampiran 5 Instrumen Penelitian <i>Psychological Well Being</i>	114
Lampiran 6 Instrumen Penelitian Keterlibatan Ayah.....	116
Lampiran 7 Instrumen Penelitian Regulasi Emosi.....	118
Lampiran 8 Surat Validasi <i>Expert Judgement</i>	120
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup.....	122

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa. Pada masa ini terjadi perubahan-perubahan pada diri remaja, beberapa diantaranya perubahan hormonal, fisik, psikologis dan sosial. Usia remaja merupakan masa-masa kritis dalam kehidupan seseorang, karena pada masa ini terus terjadi perubahan secara mental, fisik, dan juga psikologis (Santrock, 2003). Menurut Santrock (2014) masa yang penting dalam perkembangan individu adalah transisi dari anak-anak menuju remaja dan remaja menuju dewasa. Santrock (2003) menyatakan bahwa tahapan perkembangan remaja dibedakan tiga yaitu remaja awal, remaja madya dan remaja akhir. Remaja akhir berada pada usia 18-22 tahun. Remaja akhir cenderung memiliki ketidakstabilan dalam hubungan percintaan, pekerjaan, dan juga pendidikan (Santrock, 2014). Menurut Hurlock (1997 dalam Jannah, 2016) masa remaja merupakan suatu masa transisi atau peralihan, dimana individu mengalami perubahan fisik maupun psikis dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Perubahan psikososial yang terjadi meliputi perubahan tingkah laku, hubungan dengan lingkungan serta ketertarikan dengan lawan jenis. Berbagai perubahan yang terjadi dapat menyebabkan kerenggangan dalam hubungan anak dengan orangtua apabila orangtua tidak memahami proses yang terjadi pada masa remaja (Batubara, 2010).

Remaja saat ini termasuk pada generasi Z. Bencsik, Csikos, dan Juhez (2016 dalam Putra, 2016) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa generasi dengan tahun kelahiran 1995 – 2010 merupakan generasi Z. Generasi Z sudah mengenal teknologi dan gadget sedari dini dan melibatkan teknologi dalam kehidupan sehari-harinya yang secara tidak langsung akan berpengaruh kepada kepribadian mereka.

Berdasarkan penelitian tersebut juga terungkap bahwa karakteristik dalam hubungan yang dimiliki oleh generasi Z lebih bersifat virtual dan dangkal. Hal ini disebabkan karena generasi Z lebih sering menggunakan teknologi terutama media sosial untuk menjalin hubungan dengan orang lain. Sementara menurut Zeman (2001 dalam Herlina, 2013) beberapa tugas perkembangan emosional pada masa remaja yang harus dicapai adalah memiliki kemampuan untuk membina hubungan jangka panjang, sehat dan berbalasan; memahami perasaan dan mampu menganalisis alasan timbulnya perasaan tersebut; dan mampu mengelola emosinya. Hal ini bertentangan dengan karakteristik hubungan yang dimiliki oleh remaja pada generasi Z. Jika tugas perkembangan emosional ini tidak terpenuhi maka akan menimbulkan konflik-konflik dalam diri remaja.

Freud dan Erikson meyakini bahwa masa remaja merupakan masa yang penuh dengan konflik (Herlina, 2013). Permasalahan dan konflik yang timbul pada masa remaja dapat mendorong remaja untuk melakukan kenakalan-kenakalan. Badan Pusat Statistik (BPS) memperkirakan kriminalitas remaja akan meningkat setiap tahunnya sebanyak 10,7 % (dalam Utami, 2016). Beberapa kasus kriminalitas remaja yang pernah terjadi di Indonesia adalah pencurian, pembunuhan, kekerasan, penyalahgunaan teknologi dan juga narkoba. Kasus begal yang dilakukan oleh sekelompok remaja yang tergabung dalam geng motor dan juga kasus perundungan disertai kekerasan fisik yang dilakukan oleh sekelompok siswa merupakan beberapa contoh kasus kriminalitas yang dilakukan oleh remaja di Indonesia. Berdasarkan data pada Sistem Database Pemasyarakatan tahun 2013 jumlah narapidana remaja mencapai 3.335 orang (R. S. Putra, 2016). Kasus-kasus kenakalan remaja yang terjadi dapat menjadi bukti gagalnya beberapa tugas perkembangan remaja. Gagalnya tugas perkembangan remaja juga dapat menimbulkan rasa tidak bahagia dan menghambat pencapaian tugas-tugas perkembangan berikutnya (Havighurst 1980 dalam Soetjiningsih, 2012).

Aristotle (1974) menyatakan didalam bukunya yang berjudul *Nicomachean Ethics* bahwa pencapaian tertinggi dari manusia adalah kebahagiaan. Para ahli

menyetujui bahwa tujuan hidup dari manusia adalah kebahagiaan atau *well being* (Bradburn, 1969). Shek (1992 dalam Hutapea, 2011) mendefinisikan *psychological well being* sebagai keadaan seseorang yang sehat secara mental yang memiliki sejumlah kualitas kesehatan mental yang positif seperti penyesuaian aktif terhadap lingkungan, dan kesatuan kepribadian. *Psychological well being* merupakan istilah dari kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kebutuhan kriteria fungsi positif psikologis (*positive psychological functioning*) (Ryff, 1989). *Psychological well being* juga merujuk pada pencapaian seseorang terhadap potensi psikologis mereka (Carr, 2011).

Psychological well being terdiri dari enam dimensi yaitu mandiri dalam berperilaku (*autonomy*), peningkatan kualitas diri (*personal growth*), menerima kelemahan dan kelebihan diri (*self-acceptance*), tujuan hidup yang berdampak pada keterarahan sikap dan perilaku (*purpose in live*), menciptakan dan memilih lingkungan yang sesuai dengan nilai dan kebutuhan (*environmental mastery*) dan menjalin hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relationship with other*) (Ryff & Keyes, 1995). Dari beberapa penelitian mengenai *psychological well being* dapat diketahui beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well being* adalah latar belakang budaya, kelas sosial, tingkat ekonomi dan pendidikan, kepribadian, pekerjaan, pernikahan, anak-anak, kondisi masa lalu, pola asuh, keluarga, kesehatan dan fungsi fisik, kepercayaan, emosi, jenis kelamin dan religiusitas (Amawidyati & Utami, 2007). Individu pada masa remaja akhir menuju dewasa cenderung memiliki *well being* yang tinggi karena pada masa ini mereka memiliki kebebasan dalam menjalankan kehidupannya dan menentukan pilihannya. Namun, kurangnya dukungan dari keluarga dan lingkungannya dapat menurunkan *well being* remaja (Schulenberg & Zarrett 2006 dalam Santrock, 2014).

Seperti yang sudah dijelaskan diatas bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well being* adalah pola asuh dan keluarga. Keluarga, khususnya orangtua memiliki peran penting dalam meningkatkan *psychological well being* anak. Hubungan positif yang terjalin antara orangtua dengan anaknya dapat

memberikan peningkatan pada *psychological well being* anak, sesuai dengan salah satu dimensi *psychological well being* yang diungkapkan oleh Ryff yaitu menjalin hubungan yang harmonis dengan orang lain (*positive relationship with other*). Orangtua merupakan role model yang ditiru oleh anaknya. Hurlock (1978 dalam Rakhmawati, 2015) mengatakan bahwa orang yang paling penting bagi anak adalah orangtua, guru dan teman sebaya. Pengasuhan anak merupakan kewajiban dari orangtua. Jika hal tersebut tidak dapat dipenuhi dengan baik maka kecenderungan timbulnya konflik dari dalam diri anak tersebut maupun pada hubungan anak-orangtua (Rakhmawati, 2015).

Indonesia merupakan negara yang masyarakatnya menerapkan kebudayaan paternalistik, yaitu ayah sebagai pemegang peranan utama dalam keluarga yang bertugas mencari nafkah dan melindungi anggota keluarga dari segala ancaman, sementara pengasuhan anak dipegang oleh ibu (Krisnatuti & Putri, 2012). Pada zaman dahulu, ayah dianggap sebagai sosok patriaki yang kuat yang memiliki kekuasaan terhadap keluarganya (Knibiehler 1995 dalam Lamb, 2010). Sepanjang abad ke-20, tepatnya sekitar tahun 1970 mulai muncul tuntutan bagi ayah untuk terlibat dalam pengasuhan, dimana ayah memiliki peran aktif dalam kehidupan anaknya (Griswold 1993 dalam Lamb, 2010).

Keterlibatan ayah biasanya digambarkan sebagai jumlah waktu yang ayah habiskan bersama dengan anaknya atau interaksi secara langsung ayah dengan anaknya (Hawkins et al., 2002). Ayah yang terlibat dalam pengasuhan didefinisikan oleh Lamb (2010) adalah ayah yang meluangkan waktunya untuk membina hubungan dengan anaknya, hadir dan juga bertanggung jawab terhadap anaknya. Keterlibatan ayah merupakan sebuah konstruk multidimensi yang melibatkan afeksi, kognisi, komponen etika, dan komponen perilaku yang dapat diamati, serta melibatkan bentuk keterlibatan secara tidak langsung seperti contohnya dukungan ibu (Hawkins et al., 2002).

Ayah memainkan peran yang unik dalam perkembangan anaknya (Lamb & Lewis, 2010). Hernandez dan Brown (2002 dalam Hidayati, Kaloeti, & Karyono, 2011) berpendapat bahwa kelekatan dan hubungan emosional yang dimiliki ayah dengan anak dapat mempengaruhi perkembangan kognitif dan kompetensi sosial dari anak. Barnet dan Kibra mengatakan bahwa hubungan positif antara ayah dan anak dapat mempengaruhi perkembangan psikologis anak (dalam Rangkuti & Herningtyas, 2016).

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan memungkinkan anak untuk cenderung tumbuh dengan keluarga yang memberikan simulasi secara kognitif untuk dirinya. Dampak positif yang timbul pada perkembangan emosi dan juga *well being* adalah menimbulkan kepuasan hidup, mengalami stress emosional dan stress psikologi yang lebih sedikit, mengalami simtom kecemasan, mempunyai toleransi tinggi terhadap stress dan rasa frustrasi. Keterlibatan ayah memiliki korelasi positif dengan kompetensi sosial anak, inisiatif sosial, dan kedewasaan secara sosial (Allen & Daly, 2007). Bourchard dan Lee (2000 dalam Allgood, Beckert, & Peterson, 2012) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif antara kualitas pernikahan dengan keterlibatan ayah. Hal tersebut membuktikan bahwa hubungan pernikahan adalah suatu konteks yang penting dalam kualitas pengalaman seorang laki-laki sebagai ayah. Jika konflik dalam pernikahan tinggi, maka ayah akan lebih sulit terlibat dengan anaknya yang akhirnya akan melemahkan hubungan ayah dengan anaknya (Coiro & Emery 1998; Doherty, Kouneski, & Erickson 1998 dalam Allgood et al., 2012). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Allen dan Hawkins (1999) juga mengungkapkan bahwa dukungan dari pasangan dapat mempengaruhi kualitas keterlibatan ayah.

Penelitian mengenai hubungan antara keterlibatan ayah dengan *psychological well being* remaja telah dilakukan di luar negeri. Allgood, Beckert dan Peterson (2012) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa adanya hubungan yang positif antara keterlibatan ayah dan *psychological well being* remaja, artinya semakin besar keterlibatan ayah maka akan semakin tinggi tingkat *psychological well being* remaja.

Penelitian serupa dilakukan pula oleh Kume (2015) mengenai keterlibatan ayah di pengasuhan anak terhadap *psychological well being* remaja dengan mengambil partisipan remaja di Amerika dan Jepang. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan ayah memiliki dampak pada seluruh aspek dalam *psychological well being* remaja di Amerika. Sementara pada remaja di Jepang, keterlibatan ayah mempengaruhi sebagian besar aspek *psychological well being* remaja.

Faktor lain yang mempengaruhi *psychological well being* seseorang adalah emosi. Emosi merupakan gambaran kecenderungan seseorang dalam bertindak. Emosi merupakan reaksi psikologis yang bersumber dari pengalaman subjektif yang dapat terlihat dari reaksi wajah dan tubuh (Nurhayani, 2014). Menurut Santrock (2011 dalam Nurhayani, 2014) emosi merupakan pengalaman afektif yang disertai penyesuaian diri mengenai keadaan mental dan fisik dalam wujud tingkah laku. Perkembangan emosi tidak bisa dijauhkan dari kehidupan remaja. Perkembangan emosional merupakan salah satu tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh remaja. Pemahaman seseorang mengenai emosi telah muncul sejak kanak-kanak, yaitu tepatnya usia 4 tahun (Piaget dalam Septiani & Nasution, 2017). Kualitas emosi yang tinggi dapat mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam menjalani kehidupannya. Dengan memiliki kualitas emosi yang tinggi seseorang mampu meregulasi emosinya (Borba 2008 dalam Septiani & Nasution, 2017).

Gross (2002) mengungkapkan bahwa regulasi emosi merupakan segala strategi yang digunakan untuk mengurangi atau menjaga emosi positif dan negatif. Regulasi emosi mengacu pada proses dimana kita mempengaruhi emosi yang kita miliki, bagaimana kita mengalami dan mengekspresikannya (Gross, 2002). Penting bagi remaja memiliki kemampuan meregulasi emosinya mengingat banyak terjadi konflik dan permasalahan yang dialami remaja dalam masa perkembangannya. Tekanan akademik dan juga lingkungan yang dialami remaja memungkinkan munculnya emosi negatif. Individu yang mengalami emosi negatif apabila tidak memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik maka akan menyebabkan munculnya

kelelahan secara emosional yang akan berpengaruh pula pada kondisi tubuh (Delgado, Douglas, & Langhals, 2016).

Terdapat dua strategi regulasi emosi (Gross & John, 2003) yaitu *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. *Cognitive reappraisal* adalah strategi pengendalian emosi dengan merubah cara berfikir mengenai hal-hal yang berpotensi memunculkan emosi untuk memodifikasi dampaknya. *Expressive suppression* pengendalian emosi dengan cara menghambat perilaku ekspresif emosi yang sedang terjadi. *Cognitive reappraisal* berhubungan dengan kondisi fisik yang lebih sehat dan *well being* yang lebih tinggi, sementara *expressive suppression* berhubungan dengan kondisi *well being* yang lebih rendah (Gross & John, 2003).

Penelitian yang dilakukan oleh Shayghi dan Fallahchai (2017) mengenai hubungan antara stress, regulasi emosi dan *psychological well being* suster di kota Rudan mengungkapkan bahwa, terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan *psychological well being*. Penelitian yang dilakukan oleh Verzeletti, Zammuner, Galli, dan Agnoli (2016) mengenai hubungan strategi regulasi emosi dengan *psychosocial well being* pada remaja mengungkapkan bahwa strategi regulasi emosi *cognitive reappraisal* berhubungan secara positif dengan tingkat *well being* yang lebih baik, terutama pada kepuasan hidup, persepsi dukungan sosial, dan afek positif. Sementara *expressive suppression* lebih berhubungan dengan rendahnya level *well being*, termasuk pada indikator kesehatan psikologis, *emotional loneliness* dan afek negatif

Berdasarkan penjabaran latar belakang dan juga beberapa penelitian terkait yang telah dilakukan sebelumnya, terlihat bahwa keterlibatan ayah dan regulasi emosi memiliki hubungan dengan *psychological well being* remaja. Penulis tertarik untuk melihat faktor apa yang lebih mempengaruhi *psychological well being* pada remaja akhir. Berdasarkan pada etika penelitian yang disusun oleh American Psychological Association, bahwa seseorang dengan umur diatas 18 tahun dapat memberikan persetujuan bagi dirinya sendiri untuk terlibat dalam suatu penelitian. Oleh karena itu,

penulis tertarik memilih “Pengaruh Keterlibatan Ayah dan Regulasi Emosi terhadap *Psychological well being* pada Remaja Akhir” sebagai judul dari penelitian ini.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada latar belakang yang telah dijabarkan diatas, maka identifikasi masalah untuk penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir?
2. Seberapa besar pengaruh keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* pada remaja akhir?
3. Seberapa besar pengaruh regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir?
4. Seberapa besar pengaruh keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir?

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Pengaruh keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir.
2. Pengaruh keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* pada remaja akhir.
3. Pengaruh regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir.

1.4. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat pengaruh keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir?
2. Apakah terdapat pengaruh keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* pada remaja akhir?
3. Apakah terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir?

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui besar pengaruh keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir
2. Mengetahui besar pengaruh keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* pada remaja akhir
3. Mengetahui besar pengaruh regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir

1.6. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat dalam bidang teoritis dan juga bidang praktis.

1.6.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi perkembangan ilmu pengetahuan dalam bidang Psikologi, khususnya dalam bidang psikologi perkembangan dan psikologi keluarga mengenai keterlibatan ayah, regulasi emosi dan *psychological well being* remaja. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan dan penelitian selanjutnya. Dengan adanya penelitian

ini diharapkan dapat menyediakan informasi mengenai faktor yang lebih mempengaruhi *psychological well being* remaja.

1.6.2. Manfaat Praktis

1.6.2.1. Bagi Orangtua

Dengan mengetahui pentingnya keterlibatan ayah, diharapkan orangtua kedepannya dapat lebih memperhatikan dan mempertimbangkan pembagian peran antara ayah dan ibu sehingga anak mendapatkan pengasuhan yang optimal. Orang tua juga diharapkan dapat membantu remaja dalam meningkatkan regulasi emosi mereka dengan memberikan edukasi-edukasi mengenai regulasi emosi.

1.6.2.2. Bagi Remaja

Dengan mengetahui pentingnya keterlibatan ayah, diharapkan remaja dapat memahami pentingnya peranan ayah dan dapat lebih menghargai keberadaan ayah serta memanfaatkan waktu kebersamaan dengan ayah secara optimal. Remaja juga diharapkan menyadari pentingnya regulasi emosi dan melakukan upaya-upaya untuk meningkatkan kemampuan meregulasi emosi mereka.

BAB II

KAJIAN TEORI

2.1. *Psychological Well Being*

2.1.1. *Sejarah Psychological Well Being*

Aristotle (1947) mengungkapkan dalam bukunya yang berjudul *Nicomachean Ethics* bahwa pencapaian terbesar manusia adalah kebahagiaan (*happiness*) atau *eudaimonia*. *Eudaimonia* merupakan bahasa Yunani yang diterjemahkan sebagai kebahagiaan (*happiness*). Ross (1949) berpendapat bahwa *eudaimonia* lebih baik diterjemahkan dengan istilah yang “*well being*” karena menurutnya Aristotle tertarik lebih dari sekedar perasaan puas yang biasanya lebih berhubungan dengan kebahagiaan. Bertahun-tahun setelahnya, istilah tersebut berubah, namun secara keseluruhan orang-orang sama-sama menyetujui bahwa kebahagiaan atau *well being* adalah tujuan dari perbuatan seseorang, namun tetap ada ketidaksetujuan mengenai apa yang membuat orang bahagia (Bradburn, 1969).

Dari tahun ke tahun kebahagiaan diartikan sebagai masalah adat, ketuhanan, politik, atau ekonomi. Munculnya prinsip-prinsip psikologi pada tahun 1980 menjadi suatu titik balik. Kebahagiaan dialihkan dari bidang hukum menjadi bidang psikologi. Bukan lagi mengenai ekonomi dan politik, tetapi mengenai impuls dan emosi. Ditangan tokoh-tokoh psikologi ini mulai terbentuk arti kebahagiaan yang baru. Melihat kebahagiaan sebagai penyesuaian seseorang terhadap lingkungannya dan ketidakbahagiaan sebagai kegagalan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya mengarahkan secara halus untuk menyamakan kebahagiaan dengan kesehatan mental dan ketidakbahagiaan sebagai bentuk ringan dari penyakit mental (Bradburn, 1969).

Meskipun *well being* telah dilihat sebagai fenomena psikologi, namun *well being* tidak banyak memiliki peran dalam penelitian psikologis modern saat itu. Hal tersebut dikarenakan besarnya pengaruh teori Freudian, sehingga membuat para tokoh-tokoh psikologi tidak percaya terhadap *self-report* perasaan subjektif. Namun survei yang dilakukan oleh Gurin, Veroff dan Feld (1960) dengan menggunakan sampel berskala nasional menunjukkan bahwa penilaian diri terhadap kebahagiaan atau *well being* dapat digunakan untuk mengukur tingkatan dari penyesuaian subjektif dan menunjukkan bagaimana peringkat kebahagiaan berhubungan dengan pengukuran permasalahan hidup lainnya (Bradburn, 1969).

2.1.2. Definisi *Psychological Well Being*

Menurut Ryff (1989) *psychological well being* merupakan istilah dari kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kebutuhan kriteria fungsi positif psikologis (*positive psychological functioning*). Ryff juga mengungkapkan bahwa di dalam fungsi positif psikologis terdapat beberapa perspeksi, seperti konsep Maslow (1968) akan *self-actualization*, pandangan Rogers (1961) mengenai seseorang yang berfungsi secara utuh, pandangan Jung (1933) akan individuasi, dan konsep Allport (1961) mengenai kematangan. Teori lain yang dapat digunakan untuk mengungkap *psychological well being* adalah teori-teori perkembangan, seperti teori tahapan psikososial Erickson (1959), teori dasar kecenderungan hidup menuju pemenuhan kehidupan dari Buhler (1935) dan teori perubahan kepribadian pada orang dewasa dan lanjut usia milik Neugarten (1968) (Ryff, 1989).

Shek (1992) mendefinisikan *psychological well being* sebagai keadaan seseorang yang sehat secara mental yang memiliki sejumlah kualitas kesehatan mental yang positif seperti penyesuaian aktif terhadap lingkungan, dan kesatuan kepribadian. Carr (2011) mengungkapkan bahwa *psychological well being* juga merujuk pada pencapaian seseorang terhadap potensi psikologis mereka. Ryff (1989) juga mengungkapkan bahwa *psychological well being* merupakan suatu

dorongan dari dalam diri individu untuk menggali potensi diri. Dorongan tersebut dapat membuat orang menjadi pasrah terhadap keadaannya yang akhirnya membuat *psychological well being* individu rendah atau berusaha memperbaiki keadaan yang akan membuat *psychological well being* individu tinggi.

Ryff dan Singer (2000) mengungkapkan bahwa *psychological well being* tidak hanya berfokus pada pencapaian kebahagiaan namun juga sebagai tujuan yang mengarah pada kesempurnaan. Sinha (1992) mengungkapkan konsep *psychological well being* yang lain dengan dimensi optimis, kontrol diri, bahagia, minat, rasa bebas dari kegagalan, kecemasan, dan kesepian yang dianggap berkontribusi dalam *psychological well being*.

Berdasarkan beberapa definisi yang dijabarkan di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa definisi *psychological well being* menurut Ryff yang akan digunakan dalam penelitian ini, yaitu *psychological well being* merupakan istilah dari kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kebutuhan kriteria fungsi positif psikologis (*positive psychological functioning*) berupa dorongan dari dalam diri individu untuk menggali potensi diri.

2.1.3. Dimensi *Psychological Well Being*

Menurut Ryff dan Keyes (1995) *psychological well being* terdiri atas enam dimensi, yaitu penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose of life*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

2.1.3.1. *Penerimaan Diri (Self Acceptance)*

Kriteria terbaru dari well being adalah kesadaran individu akan penerimaan diri. Hal ini dilihat sebagai fitur utama dari kesehatan mental dan juga karakteristik

dari aktualisasi diri. Bersikap positif terhadap dirinya sendiri merupakan karakteristik utama dari fungsi positif psikologis (Ryff, 1989).

Individu yang memiliki skor yang tinggi dalam dimensi ini memiliki sikap yang positif kepada dirinya, mengetahui dan menerima banyak aspek dari dirinya, baik maupun buruk, memiliki perasaan yang positif mengenai masa lalu. Individu yang memiliki skor rendah pada dimensi ini merasa tidak puas dengan dirinya, kecewa dengan kejadian di masa lalu, mempunyai masalah dengan kualitas personal tertentu, berharap menjadi berbeda dari dirinya (Ryff & Keyes, 1995).

2.1.3.2. *Hubungan Positif dengan Orang Lain (Positive Relations with Others)*

Banyak teori yang menekankan pentingnya hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya. Kemampuan untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama dari kesehatan mental. Birren dan Renner (1980 dalam Ryff, 1989) mengungkapkan bahwa individu yang sehat secara mental adalah individu yang memiliki kemampuan untuk merespon individu lain, mencintai, dicintai dan memiliki hubungan timbal balik. Memiliki hubungan yang baik dengan orang lain merupakan suatu bentuk pemenuhan kriteria fungsi positif psikologis (*positive psychological functioning*) (Ryff & Keyes, 1995).

Individu yang memiliki skor tinggi pada dimensi ini menunjukkan bahwa individu memiliki hubungan yang hangat, memuaskan dan saling percaya dengan orang lain, peduli dengan kesejahteraan orang lain, mampu untuk memiliki empati, *affection* dan *intimacy* yang kuat, mengerti timbal-balik dalam hubungan manusia. Individu yang memiliki skor yang rendah pada dimensi ini mempunyai hubungan yang tertutup dan saling percaya dengan orang lain, sulit untuk hangat, terbuka dan peduli kepada orang lain, merasa terisolasi dan frustrasi dalam hubungan interpersonalnya (Ryff & Keyes, 1995).

2.1.3.3. *Otonomi (Autonomy)*

Orang-orang yang mengaktualisasikan diri digambarkan menunjukkan fungsi otonomi. Orang yang berfungsi secara utuh juga digambarkan memiliki kemampuan untuk mengevaluasi dirinya, tidak mencari persetujuan dari orang lain, melainkan mengevaluasi dirinya sesuai dengan standar pribadi (Ryff, 1989). Individu yang memiliki skor yang tinggi pada dimensi ini dapat menentukan dirinya dan mandiri, mampu menahan tekanan sosial untuk berfikir dan berlaku dalam cara tertentu, meregulasi perilaku dari dalam diri, mengevaluasi diri dengan standar pribadi. Individu yang memiliki skor rendah dalam dimensi ini peduli terhadap ekspektasi dan evaluasi orang lain, mengandalkan pada penilaian orang lain untuk membuat keputusan yang penting, menyesuaikan dengan tekanan sosial dalam berpikir dan bertindak. (Ryff & Keyes, 1995)

2.1.3.4. *Penguasaan Lingkungan (Environmental Mastery)*

Kemampuan seseorang untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan keadaan psikologisnya diungkapkan sebagai karakteristik dari kesehatan mental. Partisipasi aktif dalam penguasaan lingkungan merupakan poin penting dalam menanamkan kerangka berfikir dari fungsi positif psikologis (Ryff, 1989). Individu yang memiliki skor yang tinggi pada dimensi ini memiliki kemampuan penguasaan dan kompetensi dalam mengelola lingkungannya, memanfaatkan secara efektif kesempatan yang ada disekitarnya, mampu memilih atau menciptakan konteks yang pantas bagi nilai dan kebutuhan pribadinya. Individu yang memiliki skor rendah dalam dimensi ini cenderung memiliki kesulitan dalam mengelola kegiatan sehari-harinya, merasa tak mampu untuk merubah atau memajukan konteks disekitarnya, tidak sadar akan kesempatan yang ada disekitarnya, memiliki kontrol yang lemah terhadap dunia luar (Ryff & Keyes, 1995).

2.1.3.5. *Tujuan Hidup (Purpose of Life)*

Kesehatan mental diungkapkan termasuk pada kepercayaan yang memberikan seseorang perasaan bahwa terdapat tujuan dan makna dalam hidupnya. Definisi dari kematangan juga menekankan secara jelas mengenai komprehensi dari tujuan hidup, kemampuan untuk mengarahkan dan kemamuan. Orang yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, kemamuan, dan arah yang berkontribusi untuk memahami bahwa hidup penuh makna (Ryff, 1989).

Individu yang memiliki skor yang tinggi pada dimensi ini cenderung memiliki tujuan dalam hidupnya dan kemampuan untuk mengarahkan, merasa bahwa terdapat makna dari masa lalu dan masa sekarang, memegang kepercayaan yang memberikan tujuan hidup, memiliki sasaran dalam kehidupan. Individu yang memiliki skor rendah dalam dimensi ini cenderung kurang memiliki kesadaran akan makna hidup, memiliki sedikit beberapa tujuan dan sasaran, kurang memiliki arah, tidak melihat makna dari masa lalu, tidak memiliki kepercayaan yang memberikan makna dalam hidup (Ryff & Keyes, 1995).

2.1.3.6. *Pertumbuhan Pribadi (Personal Growth)*

Fungsi psikologis yang optimal bukan hanya mencapai suatu karakteristik, tetapi juga untuk terus mengembangkan potensial dirinya. Kebutuhan untuk mengaktualisasi dirinya dan menyadari potensial diri adalah hal yang utama dalam perspektif klinis mengenai pertumbuhan pribadi. Terbuka pada pengalaman, merupakan salah satu contoh karakteristik kunci dari orang yang berfungsi sepenuhnya (Ryff, 1989).

Individu yang memiliki skor yang tinggi pada dimensi ini cenderung memiliki perasaan untuk terus berkembang, melihat dirinya sebagai orang yang bertumbuh, terbuka pada pengalaman yang baru, memiliki kesadaran akan potensial yang dimilikinya, melihat kemajuan dalam diri dan perilakunya setiap saat, melakukan perubahan yang mencerminkan pengetahuan yang lebih. Individu yang memiliki skor

yang rendah dalam dimensi ini cenderung merasa dirinya berhenti disuatu titik, kurangnya kesadaran mengenai perubahan dan kemajuan dirinya, merasa bosan dan tidak tertarik akan kehidupan, merasa tidak mampu untuk mengembangkan perilaku dan sikap yang baru (Ryff & Keyes, 1995).

2.1.4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Psychological Well Being*

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ryff (1989) dan juga Ryff dan Keyes (1995) terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well being* yaitu, jenis kelamin, usia, dukungan sosial, status sosial dan ekonomi, kecerdasan emosional dan kepribadian.

2.1.4.1. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ryff (Ryff, 1989) wanita cenderung memiliki tingkat *psychological well being* yang lebih tinggi dari laki-laki. Wanita secara signifikan memiliki skor lebih tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini dapat pula dikaitkan dengan kemampuan interpersonal wanita yang lebih baik daripada laki-laki (Ryff & Keyes, 1995)

2.1.4.2. Usia

Ryff dan Keyes (1995) mengungkapkan dalam penelitiannya bahwa terdapat perbedaan tingkat *psychological well being* pada kelompok usia yang berbeda. Individu pada masa dewasa madya menunjukkan tingkat *psychological well being* yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu pada masa dewasa awal dan akhir pada beberapa dimensi. Dimensi penguasaan lingkungan dan otonomi mengalami peningkatan seiring individu bertambah usia, sementara dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi menunjukkan penurunan seiring individu bertambah usia.

2.1.4.3. *Dukungan Sosial*

Ryff (1989) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well being* seseorang. Hal ini dikarenakan dukungan sosial berkaitan dengan jaringan sosial seseorang, aktivitas-aktivitas sosial yang dilakukan, serta dengan siapa kontak sosial dilakukan.

2.1.4.4. *Status Sosial dan Ekonomi*

Status sosial dan ekonomi dikatakan memiliki pengaruh terhadap *psychological well being* karena status sosial dan ekonomi meliputi: tingkat pendidikan, pendapatan, pekerjaan yang akan memberikan pengaruh pada *psychological well being* seseorang. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ryff dan Keyes (1995) diketahui bahwa individu dengan tingkat pendidikan tinggi dan memiliki pekerjaan yang baik menunjukkan tingkat *psychological well being* yang lebih tinggi. Status sosial dan ekonomi memiliki hubungan dengan beberapa dimensi seperti, penerimaan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan pertumbuhan pribadi.

2.1.4.5. *Kecerdasan Emosi*

Ryff (1989) mengungkapkan bahwa orang yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai emosinya akan menunjukkan kesadaran diri yang berkaitan dengan salah satu dimensi *psychological well being* yaitu penerimaan diri. Orang yang memiliki pengetahuan akan emosinya juga cenderung mampu mengontrol emosi negatifnya dan menjaga emosi positifnya. Kesadaran seseorang terhadap emosinya juga berkaitan dengan dimensi otonomi dan pertumbuhan pribadi.

2.1.4.6. *Kepribadian*

Ryff dan Keyes (1995) melakukan penelitian mengenai hubungan antara lima tipe kepribadian dengan dimensi-dimensi *psychological well being*. Hasilnya menunjukkan bahwa individu yang memiliki kategori kepribadian *extraversion*,

yaitu *conscientiousness* dan *low neuroticism* memiliki skor tinggi pada dimensi penerimaan diri, penguasaan lingkungan dan tujuan hidup. Individu dengan kategori *openness* berhubungan dengan dimensi pertumbuhan pribadi, kategori *agreeableness* dan *extraversion* memiliki skor tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dan *low neuroticism* mempunyai skor tinggi pada dimensi otonomi.

2.2. Keterlibatan Ayah

2.2.1. Definisi Keterlibatan Ayah

Penelitian-penelitian mengenai perkembangan anak di dunia psikologi pasca Perang Dunia ke-2 dinominasi oleh ibu, baik sebagai sumber, fokus dari observasi, maupun sebagai orang terdekat. Pada saat itu penelitian mengenai peran ayah dalam penelitian biasanya diambil dari pandangan dan pendapat pasangan mereka. 35 tahun kemudian pandangan ilmiah berubah secara dramatis. Banyak artikel yang mulai menggali pengaruh ayah terhadap perkembangan anaknya.

Dahulu, ayah dianggap sebagai sosok patriaki yang kuat yang memiliki kekuasaan terhadap keluarganya (Knibiehler, 1995). Menurut Pleck dan Pleck (1997) pada zaman kolonial di sejarah bangsa Amerika, ayah utamanya dipandang sebagai guru yang mengajarkan nilai moral. Setelah memasuki masa industrialisasi peran ayah mulai berganti dari guru yang mengajarkan moral menjadi penyokong ekonomi keluarga. Sepanjang abad ke-20, tepatnya sekitar tahun 1970 mulai muncul tuntutan bagi ayah untuk terlibat dalam pengasuhan, dimana ayah memiliki peran aktif dalam kehidupan anaknya (Griswold, 1993). Ayah memainkan peran yang unik dalam perkembangan anaknya (Lamb & Lewis, 2010). Ayah memainkan peran signifikan dalam kehidupan anaknya, seperti sebagai teman, pelindung, model, pembimbing moral dan guru.

Keterlibatan ayah merupakan jumlah waktu yang ayah habiskan bersama dengan anaknya atau interaksi langsung yang terjadi antara ayah dengan anak

(Hawkins et al., 2002). Waktu merupakan hal yang penting bagi orangtua berkaitan dengan keterlibatan dengan anaknya. Namun waktu bukan satu-satunya dimensi yang penting dalam keterlibatan ayah (Palkovitz, 1997 dalam Hawkins et al., 2002). Keterlibatan ayah merupakan sebuah konstruk yang melibatkan afeksi, kognisi, komponen etika, dan komponen perilaku yang dapat diamati, serta melibatkan bentuk keterlibatan secara tidak langsung seperti contohnya dukungan ibu (Hawkins et al., 2002).

Ayah yang terlibat dalam pengasuhan didefinisikan oleh Lamb (Lamb, 2010) adalah ayah yang meluangkan waktunya untuk membina hubungan dengan anaknya, hadir dan juga bertanggung jawab terhadap anaknya. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan merupakan bentuk partisipasi aktif secara terus-menerus dalam pengasuhan yang melibatkan aspek fisik, kognisi dan afeksi (Purwindarini, Hendriyani, & Deliana, 2014). Finley dan Schwartz lebih melihat keterlibatan ayah melalui persepsi anak terhadap keterlibatan ayah dalam pengasuhan. Keterlibatan ayah adalah sejauh mana seorang ayah terlibat dalam setiap aspek di kehidupan anaknya (Finley, Mira, & Schwartz, 2008).

Berdasarkan beberapa definisi yang dijabarkan di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa definisi keterlibatan ayah menurut Hawkins yang akan digunakan dalam penelitian ini, yaitu keterlibatan ayah merupakan jumlah waktu yang ayah habiskan bersama dengan anaknya atau interaksi langsung yang terjadi antara ayah dengan anak.

2.2.2. Dimensi Keterlibatan Ayah

Terdapat tiga dimensi keterlibatan ayah yang diungkapkan oleh Lamb (2010) yaitu, keterikatan (*engagement*), aksesibilitas (*accessibility*) dan tanggung jawab (*responsibility*).

2.2.2.1. Keterikatan (*Engagement*)

Engagement adalah bentuk keterlibatan ayah berupa pengasuhan secara langsung yang mencakup interaksi langsung ayah dengan anak dalam konteks pengasuhan, bermain atau rekreasi. Di dalam interaksi tersebut terdapat kehangatan.

2.2.2.2. Aksesibilitas (*Accessibility*)

Accessibility adalah bentuk keterlibatan ayah berupa keberadaan ayah dan kemudahan berkomunikasi ayah dan anak. Dalam komponen ini ayah mungkin tidak berinteraksi langsung dengan anak, namun masih hadir bagi anak baik secara fisik maupun psikologis.

2.2.2.3. Tanggung Jawab (*Responsibility*)

Responsibility adalah bentuk keterlibatan ayah berupa pemenuhan kebutuhan-kebutuhan anak, serta mencakup tanggung jawab dalam hal perencanaan, pengambilan keputusan, dan pengaturan.

Hawkin, Bradford, Palkovitz, Christiansen, Day dan Call (2002) mengembangkan tiga dimensi keterlibatan ayah menurut Lamb menjadi sembilan dimensi, yaitu :

1. Mengajarkan disiplin dan tanggungjawab (*Discipline and teaching responsibility*)
2. Mendorong keberhasilan di sekolah (*School encouragement*)
3. Menjelaskan dukungan ibu (*Mother support*)
4. Menyediakan kebutuhan (*Providing*)

5. Menikmati waktu bersama dan saling berbincang (*Time and talking together*)
6. Memberikan pujian dan afeksi (*Praise and affection*)
7. Mengembangkan potensi dan masa depan anak (*Developing talents and future concerns*)
8. Mendukung anak dalam membaca dan mengerjakan tugas (*Reading and homework support*)
9. Memberikan perhatian pada anak (*Attentiveness*)

2.2.3. Dampak Keterlibatan Ayah

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan anaknya memberikan dampak dalam perkembangan anaknya. Allen dan Daly (2007) mengungkapkan dampak dari keterlibatan ayah dari beberapa penelitian. Dampak dari keterlibatan ayah meliputi perkembangan kognitif, perkembangan emosional dan *well being*, perkembangan sosial dan kesehatan fisik.

2.2.3.1. Perkembangan Kognitif

Dampak keterlibatan ayah dalam perkembangan kognitif antara lain:

1. Memiliki kemampuan berhitung dan membaca yang baik dan memiliki nilai diatas rata-rata di sekolah.
2. Anak lebih suka berada di sekolah, memiliki sikap positif pada sekolah dan bergabung dalam kegiatan ekstrakurikuler.
3. Memiliki kecenderungan lebih kecil untuk gagal dalam pelajaran, lebih sedikit bolos, dan lebih sedikit memiliki masalah dengan perilaku di sekolah.
4. Memiliki motivasi lebih tinggi dan menyadari pentingnya pelajaran.

2.2.4.2. Perkembangan Emosional dan Well Being

Dampak keterlibatan ayah dalam perkembangan emosional dan *well being* antara lain:

1. Memiliki kepuasan hidup yang tinggi, berkurangnya depresi, emosional distress, gejala kecemasan, neurotik, dan ekspresi emosi negatif.
2. Memiliki toleransi yang baik terhadap stress, memiliki kemampuan memecahkan masalah, adaptasi yang baik, senang bermain, terampil, banyak akal dan memberikan perhatian penuh pada setiap permasalahan.
3. Anak perempuan dengan ayah yang terlibat lebih mau mencoba hal yang baru dan lebih bahagia.

2.2.4.3. *Perkembangan Sosial*

Dampak keterlibatan ayah dalam perkembangan sosial antara lain:

1. Memiliki tingkat konflik yang rendah dalam berinteraksi dengan teman sebaya.
2. Memiliki hubungan pertemanan yang lebih baik, lebih populer, banyak disenangi.
3. Memiliki kompetensi sosial yang lebih baik, inisiatif, memiliki kedewasaan, dan memiliki kapasitas yang baik untuk berhubungan dengan orang lain.
4. Tumbuh menjadi sosok yang bertoleransi dan pengertian, memiliki jaringan sosial yang terdiri dari pertemanan dekat yang langgeng.

2.2.4.4. *Kesehatan Fisik*

Dampak keterlibatan ayah dalam kesehatan fisik antara lain:

1. Anak yang tidak tinggal dengan ayah lebih banyak didiagnosa memiliki penyakit asma.
2. Anak yang tidak tinggal bersama ayahnya secara keseluruhan lebih banyak memiliki masalah kesehatan.

2.3. Regulasi Emosi

2.3.1. Definisi Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah suatu kemampuan atau strategi yang digunakan untuk mengelola emosi yang bertujuan untuk menjaga emosi positif dan mengurangi emosi negatif (Gross, 2002). Regulasi emosi mengacu pada proses dimana kita mempengaruhi emosi yang kita miliki, bagaimana kita mengalami dan mengekspresikannya (Gross, 2002). Regulasi emosi adalah kemampuan secara fleksibel untuk mengendalikan emosi yang dirasakan dan diekspresikan agar sesuai dengan tuntutan lingkungan (Denham dalam Septiani & Nasution, 2017).

Kostiuk dan Fouts (2002) mengatakan bahwa saat melakukan regulasi emosi, seseorang belajar untuk mengurangi atau mengendalikan emosi negatifnya dan mempertahankan emosi positifnya. Karena emosi adalah suatu proses multi komponen yang terungkap dari waktu ke waktu, regulasi emosi melibatkan perubahan dalam “dinamika emosi”, atau latensi, waktu naiknya, besar, durasi, dan mengimbangi dari respon dalam domain perilaku, pengalaman, atau fisiologis (Thompson 1990 dalam Gross, 2002). Regulasi emosi juga melibatkan perubahan dalam bagaimana merespon komponen yang tidak terkait sebagai pengungkapan emosi, seperti ketika meningkatkan respon fisiologis terjadi tanpa adanya perilaku terbuka (Gross, 2002).

Menurut pandangan psikologi evolusi, 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 seseorang melakukan sesuatu yang lain atau tidak melakukan sesuatu pun (Gross 1999 dalam Poegoeh & Hamidah, 2016). Menurut Reiss dan Patrick (1996), regulasi emosi yang ditampilkan oleh individu dapat menentukan kesejahteraan emosi dalam setiap interaksi sosial (Poegoeh & Hamidah, 2016). Menurut Mangelsdorf, Shapiro dan Marzolf (dalam

Septiani & Nasution, 2017) proses pembelajaran dalam melakukan regulasi emosi telah dimulai sejak bayi dan akan terus meningkat seiring bertambahnya usia.

Berdasarkan beberapa definisi yang dijabarkan di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa definisi regulasi emosi menurut Gross yang akan digunakan dalam penelitian ini, yaitu regulasi emosi mengacu pada proses dimana kita mempengaruhi emosi yang kita miliki menggunakan strategi-strategi, bertujuan untuk mengelola bagaimana kita mengalami dan mengekspresikannya.

2.3.2. Proses Model Regulasi Emosi

Proses model regulasi emosi menggambarkan bagaimana strategi secara spesifik dapat membedakan waktu dari respon emosional berlangsung (Gross, 2002). Gross mengungkapkan lima strategi proses terjadinya regulasi emosi, yaitu

2.3.2.1. Penyeleksian Situasi (Situation Selection)

Penyeleksian situasi adalah proses regulasi emosi dimana individu mendekati atau menghindari individu lainnya, tempat, atau aktifitas lain yang dapat mempengaruhi emosi individu. Pada tahap ini individu akan mengambil tindakan untuk membuatnya berada di situasi yang memunculkan emosi yang diinginkan.

2.3.2.2. Modifikasi Situasi (Situational Modification)

Modifikasi situasi adalah proses regulasi emosi berupa usaha-usaha yang dilakukan individu untuk mengubah situasi yang dialami. Sebuah situasi akan “dibuat” untuk merubah dampak-dampak emosional yang mungkin ditimbulkan. Hal tersebut dilakukan untuk mengubah dampak emosi dari suatu situasi.

2.3.2.3. *Pengoperasian Atensi (Attentional Deployment)*

Pengoperasian atensi adalah proses regulasi emosi yang mengacu pada aktivitas individu dengan memfokuskan perhatian pada satu aspek dari banyak aspek dalam situasi yang sedang terjadi.

2.3.2.4. *Perubahan Kognitif (Cognitive Change)*

Perubahan kognitif adalah proses regulasi emosi yang digunakan untuk memilih salah satu dari beberapa makna yang mungkin akan dikenakan pada aspek yang dipilih.

2.3.2.5. *Modifikasi Respon (Response Modification)*

Modifikasi respon adalah proses regulasi emosi yang merupakan usaha-usaha untuk mempengaruhi kecenderungan respon emosi saat emosi sudah muncul.

2.3.3. Strategi Regulasi Emosi

Gross dan John (2003) mengungkapkan dua strategi regulasi emosi yaitu *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*.

2.3.3.1. *Cognitive Reappraisal*

Strategi *cognitive reappraisal* adalah pengendalian emosi dengan merubah cara berfikir mengenai hal-hal yang berpotensi memunculkan emosi untuk memodifikasi dampaknya. Individu yang cenderung menggunakan strategi ini dinilai memiliki lebih banyak pengalaman dan ekspresi positif, lebih mudah dektar dengan orang lain, sehingga memiliki hubungan interpersonal yang baik. *Cognitive reappraisal* dinilai memiliki prifil yang lebih sehat pada afeksi, kognitif, fungsi sosial, dan *well being* (Gross & John, 2003).

2.3.3.2. *Expressive Suppression*

Strategi *expressive suppression* adalah pengendalian emosi dengan cara menghambat perilaku ekspresif emosi yang sedang terjadi. Individu yang cenderung menggunakan strategi ini dinilai memerlukan sumber daya kognitif yang relative lebih besar karena, strategi ini membutuhkan usaha yang terus menerus guna memodifikasi respon emosi yang muncul. Secara sosial individu yang menggunakan strategi ini cenderung kurang disukai oleh individu lain di lingkungan sosialnya dan dalam efek kumulatif dapat merusak hubungan sosial dan pengikisan dukungan sosial (Gross & John, 2003).

2.4. Remaja Akhir

2.4.1. Definisi Remaja Akhir

Usia remaja merupakan masa-masa kritis dalam kehidupan seseorang, karena pada masa ini terus terjadi perubahan secara mental, fisik, dan juga psikologis (Santrock, 2003). Santrock mengungkapkan bahwa seseorang tidak memasuki masa remaja dengan kosong seperti kertas putih. Perkembangan dan pengalaman yang cukup besar terjadi sebelum seseorang mencapai masa remaja. Kombinasi dari keturunan, pengalaman masa kecil, dan pengalaman masa remaja menentukan perkembangan remaja (Santrock, 2014).

Santrock (2003) menyatakan bahwa tahapan perkembangan remaja dibedakan tiga yaitu remaja awal, remaja madya dan remaja akhir. Remaja awal berada pada usia 10-13 tahun, remaja madya berada pada usia 14-17 tahun, dan remaja akhir berada pada usia 18-22 tahun. Para tokoh perkembangan menggambarkan masa remaja dalam periode awal dan akhir. Remaja awal diperkirakan sekitar usia SMP dan sedang mengalami perubahan karena pubertas. Remaja akhir diperkirakan sekitar akhir usia 20 tahun. Pada masa remaja akhir mulai muncul minat karir, hubungan percintaan, dan eksplorasi identitas (Santrock, 2014).

Masa yang paling penting dalam kehidupan seseorang menurut Santrock ada dua, yaitu masa peralihan dari anak-anak menuju remaja dan peralihan dari remaja menuju dewasa. Masa peralihan dari remaja menuju dewasa dialami oleh seseorang pada masa perkembangan remaja akhir dan juga dewasa awal. Masa peralihan ini biasanya terjadi pada rentang usia 18-25 tahun.

Menurut Jeffrey Arnett (2006 dalam Santrock, 2014) terdapat lima poin yang mengenai masa peralihan remaja menuju dewasa:

1. Eksplorasi identitas dalam pekerjaan dan juga hubungan percintaan. Seseorang yang berada pada masa peralihan remaja menuju dewasa biasanya mengalami perubahan dalam masalah identitas.
2. Ketidakstabilan. Menurut Arnett (2006), seseorang pada masa peralihan remaja menuju dewasa biasanya juga mengalami ketidakstabilan dalam percintaan, pekerjaan dan juga pendidikannya.
3. Self-focused. Remaja yang berada pada masa ini cenderung lebih berfokus pada dirinya sendiri. Karakteristik ini akan mempengaruhi kemandirian mereka.
4. Merasa berada diantara. Seseorang yang berada pada masa ini merasa bahwa dirinya bukanlah lagi seorang remaja namun belum sepenuhnya menjadi dewasa.
5. Usia penuh dengan kesempatan. Pada masa ini seseorang akan merasa optimis dengan masa depannya.

2.4.2. Perkembangan Remaja Akhir

Selama masa remaja terdapat beberapa perkembangan yang terjadi pada remaja yaitu perkembangan kognitif dan bahasa, perkembangan emosional dan perkembangan sosial (Santrock, 2014).

2.4.2.1. *Perkembangan Kognitif dan Bahasa*

Menurut Piaget, perkembangan kognitif pada masa remaja sudah mencapai tahap puncak, yaitu tahap operasi formal. Tahap operasi formal adalah dimana individu mampu untuk berpikir abstrak. Berk (2003) mengungkapkan beberapa ciri perkembangan emosi pada masa remaja:

1. Mampu berpikir secara abstrak dan sistematis
2. Memahami pemikiran proporsional, memperbolehkan penalaran tentang alasan yang bertentangan dengan realita.
3. Memerlihatkan distorsi kognitif, yaitu pendengar imajiner dan dongeng pribadi. Pendengar imajiner adalah suatu distorsi kognitif dimana remaja merasa bahwa dirinya selalu menjadi pusat perhatian orang lain. Sementara dongeng pribadi adalah distorsi kognitif dimana remaja mengembangkan opini yang tinggi tentang seberapa penting dirinya.

Sejalan dengan perkembangan kognitif, remaja juga mengalami perkembangan bahasa. Menurut Santrock, perkembangan bahasa yang terjadi pada remaja adalah:

1. Peningkatan penguasaan kata-kata yang kompleks.
2. Kemajuan dalam memahami metafora dan satir.
3. Peningkatan kemampuan memahami literature yang rumit.
4. Lebih baik dalam menyusun ide untuk tulisan, menggabungkan kalimat dan mengorganisasi tulisan dalam susunan sistematis.
5. Berbicara kalimat yang mengandung variasi bahasa yang memiliki tata bahasa, kosa kata, dan pengucapan khas.

2.4.2.2. *Perkembangan Emosional*

Beberapa perkembangan emosional yang dialami remaja menurut Zeman (2011) adalah:

1. Memiliki kapasitas untuk mengembangkan hubungan jangka panjang, sehat, dan timbal-balik.
2. Memahami perasaan sendiri dan memiliki kemampuan untuk menganalisis perasaan yang dialami.
3. Mengurangi nilai tentang penampilan dan lebih menekankan pada nilai kepribadian.
4. Memiliki kemampuan untuk mengelola emosinya
5. Gender berperan secara signifikan dalam pengekspresian emosi remaja.

2.4.2.3. *Perkembangan Sosial*

Beberapa perkembangan sosial yang dialami remaja menurut Oswalt (2010) adalah:

1. Keterlibatan dalam hubungan sosial lebih mendalam dan secara emosional lebih intim.
2. Jaringan sosial sangat luas.
3. Remaja harus dapat menyelesaikan konflik internal yang terjadi dalam dirinya. Cara seseorang menyelesaikan konflik internal akan menentukan identitas pribadinya dan perkembangannya di masa mendatang.

2.5. Hubungan antara Keterlibatan Ayah dan Regulasi Emosi dengan *Psychological well being* pada Remaja

Masa remaja merupakan masa-masa kritis dalam hidup seseorang, karena masa remaja transisi dari anak-anak menjadi dewasa, dimana akan terjadi perubahan-perubahan hormonal, fisik, psikologis dan juga sosial dalam diri remaja (Santrock

2004 dalam Cripps & Zyromski, 2009). Perubahan tersebut dapat menyebabkan kerenggangan dalam hubungan anak dengan orang tua apabila orangtua tidak memahami proses yang terjadi pada masa ini (Batubara, 2010). Remaja memiliki beberapa tugas perkembangan yang harus dipenuhi, salah satunya adalah perkembangan emosional. Tugas perkembangan emosional yang harus dicapai oleh remaja adalah memiliki kemampuan untuk membina hubungan jangka panjang, sehat dan timbal-balik, mampu memahami perasaan, dan mengelola emosinya (Zeman 2001 dalam Herlina, 2013). Jika tugas perkembangan tidak terpenuhi maka dapat menimbulkan ketidakbahagiaan dan memunculkan konflik-konflik dalam diri remaja yang akan menyebabkan remaja melakukan tindakan-tindakan yang melanggar norma dan nilai masyarakat.

Para ahli menyetujui bahwa tujuan hidup manusia adalah kebahagiaan atau *well being* (Bradburn, 1969). *Psychological well being* adalah istilah untuk kesehatan psikologis berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi positif psikologis (*positive psychological functioning*) (Ryff, 1989). *Psychological well being* memiliki enam dimensi yaitu mandiri dalam berperilaku (*autonomy*), peningkatan kualitas diri (*personal growth*), menerima kelemahan dan kelebihan diri (*self-acceptance*), tujuan hidup yang berdampak pada keterarahan sikap dan perilaku (*purpose in live*), menciptakan dan memilih lingkungan yang sesuai dengan nilai dan kebutuhan (*environmental mastery*) dan menjalin hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relationship with other*) (Ryff & Keyes, 1995).

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap *psychological well being* adalah keluarga khususnya orangtua. Hubungan positif yang terjadi antara orangtua dan anak dapat memberikan peningkatan pada *psychological well being* anak. Ayah memainkan peran yang unik dalam perkembangan anaknya (Lamb & Lewis, 2010). Hubungan positif antara ayah dan anak dapat memberikan pengaruh pada perkembangan psikologis anak (Barnet & Kibra dalam Rangkuti & Herningtyas, 2016). Keterlibatan ayah merupakan jumlah waktu yang ayah habiskan bersama dengan anaknya atau interaksi langsung yang terjadi antara ayah dengan anak

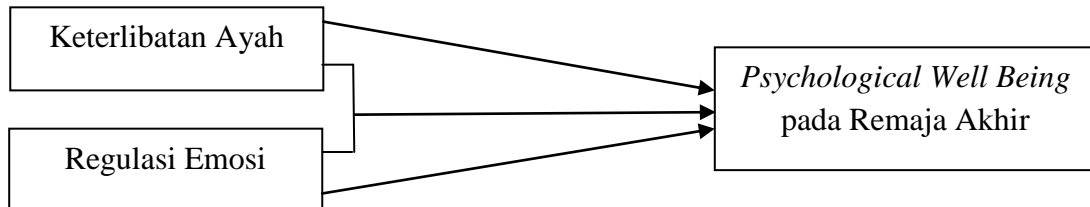
(Hawkins et al., 2002). Allgood, Beckert dan Peterson (2012) melakukan penelitian mengenai hubungan antara keterlibatan ayah dengan *psychological well being* remaja. Hasil dari penelitian tersebut adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara keterlibatan ayah dengan *psychological well being*, yang artinya jika keterlibatan ayah semakin besar maka *psychological well being* remaja akan semakin tinggi. Hal ini memperkuat asumsi bahwa keterlibatan ayah mempengaruhi *psychological well being* pada remaja.

Faktor lain yang juga mempengaruhi *psychological well being* adalah emosi. Emosi merupakan pengalaman afektif disertai penyesuaian diri mengenai keadaan mental dan fisik dalam wujud tingkah laku (Santrock 2011 dalam Nurhayani, 2014). Kualitas emosi yang tinggi dapat mempengaruhi keberhasilan seseorang. Dengan memiliki kualitas emosi yang tinggi seseorang dapat meregulasi emosinya (Borba 2008 dalam Septiani & Nasution, 2017). Regulasi emosi merupakan strategi yang digunakan untuk mengurangi emosi negatif dan menjaga emosi positif (Gross 2001 dalam Bassal et al., 2015). Terdapat dua strategi regulasi emosi, yaitu *cognitive reappraisal* (mengubah pola berpikir mengenai kejadian yang memunculkan emosi) dan *expressive suppression* (mengurangi perilaku ekspresi emosi) (Gross & John, 2003). Seseorang yang tidak memiliki regulasi emosi yang baik akan menyebabkan munculnya kelelahan emosional (Delgado, Douglas, & Langhals, 2016). Shayghi dan Fallahchai (2017) melakukan penelitian mengenai hubungan antara stress, regulasi emosi dan *psychological well being* suster di kota Rudan. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara regulasi emosi dan *psychological well being*.

Berdasarkan uraian di atas penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* pada remaja akhir, pengaruh regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir, serta pengaruh keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir.

2.6. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

Keterlibatan ayah merupakan jumlah waktu yang ayah habiskan bersama dengan anaknya atau interaksi langsung yang terjadi antara ayah dengan anak (Hawkins et al., 2002). Remaja yang memiliki keterlibatan yang baik dengan ayahnya berarti memiliki hubungan yang baik dengan ayahnya. Dengan memiliki hubungan yang baik dengan ayah menandakan bahwa remaja berhasil melaksanakan tugas perkembangan emosionalnya. Birren dan Renner (1980 dalam Ryff, 1989) mengungkapkan bahwa individu yang sehat secara mental adalah individu yang memiliki kemampuan untuk merespon individu lain, mencintai, dicintai dan memiliki hubungan timbal balik. Memiliki hubungan yang baik dengan orang lain merupakan suatu bentuk pemenuhan kriteria fungsi psikologis positif (*positive psychological functioning*).

Regulasi emosi merupakan suatu strategi yang digunakan untuk menjaga emosi positif dan mengurangi emosi negatif (Gross 2001 dalam Bassal et al., 2015). Regulasi emosi merupakan hal yang penting dalam pemenuhan kriteria fungsi psikologis positif (*positive psychological functioning*). Selama masa remaja, seseorang akan mengalami konflik-konflik dalam kehidupannya. Konflik-konflik dan tuntutan akademik dapat memunculkan emosi negatif pada remaja. Remaja yang mampu menjaga emosi positifnya dan mengurangi emosi negatifnya dapat memiliki kesehatan mental yang lebih baik. Dengan keterlibatan ayah yang baik serta memiliki

regulasi emosi yang tinggi maka akan berpengaruh pada *psychological well being* seseorang.

Berdasarkan teori-teori yang telah dijelaskan di atas, maka penelitian ini akan membahas mengenai keterlibatan ayah, regulasi emosi dan *psychological well being* pada remaja. Variabel-variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah keterlibatan ayah sebagai variabel bebas (*independent variable*) 1, regulasi emosi sebagai (*independent variable*) 2, dan *psychological well being* sebagai (*dependent variable*).

2.7. Hipotesis

1. Terdapat pengaruh keterlibatan ayah dan regulasi emosi secara bersama-sama terhadap *psychological well being* pada remaja akhir
2. Terdapat pengaruh keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* pada remaja akhir
3. Terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir

2.8. Hasil Penelitian Yang Relevan

Beberapa penelitian terdahulu yang membahas mengenai keterlibatan ayah, regulasi emosi ataupun *psychological well being* yang dianggap relevan dengan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Peneliti : B. Turkuler Aka dan Tulin Gencoz
 Judul Penelitian : *Perceived Parenting Styles , Emotion Recognition and Regulation in Relation to Psychological Well-Being*
 Tahun Penelitian : 2014
 Hasil Penelitian : Hasil dari penelitian ini adalah bahwa penolakan dari ibu, kesadaran emosi, dan regulasi emosi memiliki hubungan dengan simtom

kecemasan sosial. Sementara pengasuhan ibu yang *overprotective*, kedarasan emosi dan strategi regulasi emosi *expressive suppression* berhubungan dengan simtom-simtom obsesif-kompulsif

2. Peneliti : Chiara Verzeletti, Vanda Lucia Zammuner, Cristina Galli¹ dan Sergio Agnoli¹

Judul Penelitian : *Emotion Regulation Strategies and Psychosocial Well-Being in Adolescence*

Tahun Penelitian : 2016

Hasil Penelitian : Hasil dari penelitian ini adalah strategi regulasi emosi *cognitive reappraisal* berhubungan secara positif dengan tingkat *well being* yang lebih baik, terutama pada kepuasan hidup, persepsi dukungan sosial, dan afek positif. Sementara *expressive suppression* lebih berhubungan dengan rendahnya level *well being*, termasuk pada indikator kesehatan psikologis, *emotional loneliness* dan afek negatif

3. Peneliti : Dinda Septiani dan Itto Nesya Nasution

Judul Penelitian : Perkembangan Regulasi Emosi Anak Dilihat Dari Peran Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan

Tahun Penelitian : 2017

Hasil Penelitian : Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara perkembangan regulasi emosi anak dengan peran keterlibatan ayah dalam pengasuhan. Selain itu, sumbangan pengaruh keterlibatan ayah terhadap perkembangan regulasi emosi anak sebesar 56 %.

4. Peneliti : Neda Shayghi dan Reza Fallahchai

Judul Penelitian : *Relationship between Perceived Stress, Emotion Regulation and Psychological well-being of Nurses in Rudan city*

Tahun Penelitian : 2017

Hasil Penelitian : Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan *psychological well being* suster di kota Rudan. Terdapat hubungan antara stress dengan *psychological well*

being, jadi untuk meningkatkan *psychological well being* suster, stress harus dikelola dengan baik.

5. Peneliti : Aryene Delgado, Douglas Garner dan Nichole Langhals
 Judul Penelitian : *Relationship among Motivation, Emotion Regulation, and Psychological Well-being of Sophomore and Senior Level Nursing Students*
 Tahun Penelitian : 2016
 Hasil Penelitian : Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara strategi regulasi emosi dengan *well being* subjek. Namun, orang-orang yang menggunakan strategi *coping* yang tidak tepat cenderung memiliki kesehatan mental yang rendah.
6. Peneliti : Jordi Quoidbach, Elizabeth V. Berry, Michel Hansenne, dan Moira Mikolajczak
 Judul Penelitian : *Positive Emotion Regulation And Well-Being: Comparing The Impact Of Eight Savoring And Dampening Strategies*
 Tahun Penelitian : 2010
 Hasil Penelitian : Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ketika seseorang mengalami kejadian positif, lalu ia memfokuskan atensi pada emosi positif akan meningkatkan afek positif, sementara apabila ia menceritakannya pada orang lain akan meningkatkan kepuasan hidup. Sebaliknya, apabila focus pada hal-hal negatif dan terikat pada emosi negatif akan mengurangi kepuasan hidup.
7. Peneliti : Anna Armeini Rangkuti dan Diandra Ariani Syafitri
 Judul Penelitian : Keterlibatan Ayah Dalam Pengambilan Keputusan Rasional Untuk Menikah Melalui Proses Ta'aruf
 Tahun Penelitian : 2017
 Hasil Penelitian : Hasil dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan dari keterlibatan ayah dalam pembuatan keputusan yang rasional. Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian ini diketahui bahwa jumlah

perempuan dewasa awal yang memiliki keterlibatan ayah lebih tinggi lebih banyak dari perempuan dewasa awal yang memiliki keterlibatan ayah rendah

8. Peneliti : Taisuke Kume
 Judul Penelitian : *The Effect of Father Involvement in Childcare on the Psychological Well-being of Adolescents : A Cross-Cultural Study*
 Tahun Penelitian : 2015
 Hasil Penelitian : Hasil dari penelitian ini adalah keterlibatan ayah memiliki efek pada *self-esteem*, *life satisfaction*, dan *perceived stress* remaja di Amerika. Sementara itu hasil yang didapat dari partisipan di Jepang adalah keterlibatan ayah tidak memiliki efek pada *self-esteem* dan *perceived stress* remaja di Jepang, namun memiliki efek pada *life satisfaction* remaja di Jepang.
9. Peneliti : Eirini Flouri dan Ann Buchanan
 Judul Penelitian : *The Role of Father Involvement and Mother Involvement in Adolescents ' Psychological Well-being*
 Tahun Penelitian : 2003
 Hasil Penelitian : Hasil dari penelitian ini adalah bahwa baik keterlibatan ayah maupun ibu berkontribusi secara signifikan dan secara terpisah pada kebahagiaan anak, namun keterlibatan ayah memiliki efek yang lebih kuat atau lebih besar. Keterkaitan antara keterlibatan ayah dengan kebahagiaan pada anaknya sama kuatnya antara anak laki-laki maupun perempuan.
10. Peneliti : Tami M. Videon
 Judul Penelitian : *Parent-Child Relations and Children ' s Psychological Well-Being Do Dads Matter ?*
 Tahun Penelitian : 2005
 Hasil Penelitian : Hasil dari penelitian ini mengindikasikan bahwa hubungan remaja dengan orang tua mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well being* remaja. Meskipun begitu, ayah memiliki

pengaruh yang signifikan dan juga penting dalam *psychological well being* remaja melebihi pengaruh ibu.

BAB III

METODOLOGI

3.1. Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang datanya disajikan dalam bentuk angka dan dilakukan analisis data menggunakan teknik statistika (Sangadji & Sopiah, 2010). Berdasarkan cara penelitiannya, penelitian ini merupakan jenis penelitian *ex-postfacto* yaitu penelitian dimana keterikatan antar variabel bebas maupun antara variabel bebas dan terikat sudah terjadi (Keling 2006 dalam Sangadji & Sopiah, 2010).

Berdasarkan karakteristik masalah yang diteliti maka penelitian ini termasuk jenis penelitian kausal komparatif, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengidentifikasi peristiwa sebagai variabel yang dipengaruhi (*variable dependent*) dan melakukan penyelidikan terhadap variabel-variabel yang mempengaruhinya (*variable independent*) (Sangadji & Sopiah, 2010). Penelitian ini juga bertujuan untuk melihat arah hubungan dan kekuatan hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *psychological well being* sementara variabel bebas dalam penelitian ini adalah keterlibatan ayah dan regulasi emosi.

3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel

3.2.1. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel adalah sebuah konstruk yang diukur untuk memberikan gambaran nyata tentang suatu fenomena. Konstruk adalah abstraksi fenomena nyata yang diamati. (Sangadji & Sopiah, 2010). Jadi, variabel merupakan suatu abstraksi fenomena yang diamati dan diukur untuk memberikan gambaran nyata dari fenomena tersebut. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

3.2.1.1. Variabel Independen

Variabel independen adalah variabel yang menjelaskan atau mempengaruhi variabel lain. Variabel independen merupakan variabel yang diduga sebagai sebab dan dapat disebut sebagai variabel *antecedent* atau variabel yang mendahului. Dalam penelitian ini, variabel independen yang digunakan adalah keterlibatan ayah dan regulasi emosi.

3.2.1.2. Variabel Dependen

Variabel dependen adalah variabel yang dijelaskan atau dipengaruhi. Variabel dependen merupakan variabel yang diduga sebagai akibat dan dapat disebut sebagai variabel konsekuensi. Dalam penelitian ini, variabel dependen yang digunakan adalah *psychological well being*.

3.2.2. Definisi Konseptual

3.2.2.1. Definisi Konseptual Psychological Well Being

Psychological well being adalah merupakan istilah dari kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kebutuhan kriteria fungsi positif psikologis (*positive psychological functioning*).

3.2.2.2. *Definisi Konseptual Keterlibatan Ayah*

Keterlibatan ayah merupakan jumlah waktu yang ayah habiskan bersama dengan anaknya atau interaksi langsung yang terjadi antara ayah dengan anak.

3.2.2.3. *Definisi Konseptual Regulasi Emosi*

Regulasi emosi adalah suatu kemampuan atau strategi yang digunakan untuk mengelola emosi yang bertujuan untuk menjaga emosi positif dan mengurangi emosi negatif.

3.2.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.2.3.1. *Definisi Operasional Psychological Well Being*

Psychological well being merupakan skor total dari keadaan seseorang yang sehat secara mental dan memiliki sejumlah kualitas kesehatan mental yang positif berdasarkan dimensi-dimensi yang diungkapkan oleh Ryff (1989) dalam *Psychological Well Being Scale*. Dimensi-dimensi *psychological well being* antara lain:

1. Penerimaan diri (*Self acceptance*)
2. Hubungan positif dengan orang lain (*Positive relations with others*)
3. Otonomi (*Autonomy*)
4. Penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*)
5. Tujuan hidup (*Purpose of life*)
6. Pertumbuhan pribadi (*Personal growth*)

3.2.3.2. *Definisi Operasional Keterlibatan Ayah*

Keterlibatan ayah merupakan skor total dari gambaran jumlah waktu yang ayah habiskan bersama dengan anaknya atau interaksi langsung yang terjadi antara ayah dengan anak berdasarkan pada dimensi-dimensi yang diungkapkan oleh

Hawkins (2002) dalam *Inventory of Father Involvement*. Dimensi-dimensi keterlibatan ayah antara lain:

1. Mengajarkan disiplin dan tanggungjawab (*Discipline and teaching responsibility*)
2. Mendorong keberhasilan di sekolah (*School encouragement*)
3. Menjelaskan dukungan ibu (*Mother support*)
4. Menyediakan kebutuhan (*Providing*)
5. Menikmati waktu bersama dan saling berbincang (*Time and talking together*)
6. Memberikan pujian dan afeksi (*Praise and affection*)
7. Mengembangkan potensi dan masa depan anak (*Developing talents and future concerns*)
8. Mendukung anak dalam membaca dan mengerjakan tugas (*Reading and homework support*)
9. Memberikan perhatian pada anak (*Attentiveness*)

3.2.3.3. Definisi Operasional Regulasi Emosi

Regulasi emosi merupakan skor total dari kemampuan seseorang untuk mengenal, memahami dan mengevaluasi emosi yang ada di dalam dirinya berdasarkan pada dua aspek yang diungkapkan oleh Gross (2002) dalam *Emotion Regulation Questionnaire*. Aspek dalam regulasi emosi, yaitu:

1. *Cognitive reappraisal*
2. *Expressive suppression*

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi adalah wilayah generasi yang terdiri atas subjek atau objek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan (Sangadji & Sopiah, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja akhir berusia 18-22 tahun. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Pemerintah DKI Jakarta pada Januari 2017, jumlah populasi remaja usia 18-22 tahun diperkirakan sekitar 1.507.875 jiwa dengan rincian remaja usia 15-19 tahun sebanyak 710.395 jiwa dan usia 20-24 tahun sebanyak 797.480 jiwa (Badan Pusat Statistik DKI Jakarta, 2017).

3.3.2. Sampel

Sampel merupakan bagian jumlah dan karakteristik dari populasi. Jika populasi yang digunakan dalam penelitian besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua populasi yang ada karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sample yang diambil dari populasi (Sangadji & Sopiah, 2010). Apa yang dipelajari dari sampel akan berlaku untuk populasi, oleh karena itu sampel harus benar-benar representatif.

Penentuan ukuran sampel menggunakan rumus Slovin yaitu

$$n = \frac{N}{1+N.e^2}$$

Keterangan:

n : ukuran sampel

N : jumlah populasi

e : peluang kesalahan

Berdasarkan rumus diatas maka jumlah ukuran sampel yang didapat adalah sebanyak 304 orang. Penelitian ini menggunakan sampel dengan dengan kriteria sebagai berikut:

1. Remaja usia 18-22 tahun
2. Berdomisili di DKI Jakarta
3. Tinggal bersama kedua orangtua
4. Berasal dari keluarga yang utuh (tidak bercerai)

Teknik sampling adalah teknik pengambilan jumlah sampel dari populasi yang akan digunakan sebagai subjek penelitian (Sangadji & Sopiah, 2010). Teknik sampling yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling* yaitu teknik sampling yang tidak memberikan peluang yang sama kepada setiap anggota populasi untuk terpilih menjadi anggota sampel.

Jenis teknik yang digunakan adalah sampling kuota, yaitu teknik sampling yang menentukan jumlah anggota sampel berdasarkan jumlah kuota tertentu yang ditentukan oleh peneliti (Rangkuti, 2015). Kelebihan dari teknik sampling ini adalah mudah dilakukannya dan cocok untuk penelitian berkelompok, sementara kekurangannya adalah adanya unsur subjektif dalam pengambilan jumlah sampel. Untuk mengurangi unsur subjektif dalam pengambilan jumlah sampel, maka dalam penelitian ini sampling kuota yang ditetapkan oleh peneliti adalah sebanyak 304 orang dengan pertimbangan hasil perhitungan ukuran sampel terhadap populasi yang dilakukan dengan menggunakan rumus Slovin.

3.4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan instrument kuesioner. Kuesioner merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara membagikan daftar pertanyaan atau pernyataan kepada responden untuk diberikan jawaban (Sangadji & Sopiah, 2010). Skala pengukuran merupakan

kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur bila digunakan akan menghasilkan data kuantitatif (Sugiyono, 2014). Skala yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah skala *likert*. Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2014). Skala *likert* yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari lima skala yaitu dari Sangat Setuju (5) sampai Sangat Tidak Setuju (1).

Penelitian ini menggunakan 3 alat ukur, yaitu *Inventory of Father Involvement* yang dibuat oleh Hawkins (2002) yang digunakan untuk mengukur keterlibatan ayah. Alat ukur kedua yaitu *Emotion Regulation Questionnaire* yang dibuat oleh Gross dan John (2003) yang digunakan untuk mengukur regulasi emosi. Alat ukur ketiga yaitu *Psychological well being Scale* yang dibuat oleh Ryff (1995) yang digunakan untuk mengukur *psychological well being*.

3.4.1. Instrumen *Psychological well being*

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel *psychological well being* adalah *Psychological Well Being Scale* versi pendek yang dibuat oleh Ryff (1995). *Psychological Well Being Scale* versi pendek terdiri atas 18 item yang di dalamnya mengukur enam dimensi *psychological well being* yaitu, penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose of life*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*). *Psychological well being Scale* versi pendek ini telah diuji oleh beberapa peneliti dan hasilnya telah memenuhi standart kriteria psikometrik (Ryff & Keyes, 1995).

Ryff dan Keyes menciptakan instrument *Psychological Well Being Scale* sebagai pengembangan teori *psychological well being* dari Bradburn. Ryff dan Keyes pada awalnya menciptakan instrumen *Psychological Well Being Scale* sebanyak 84 item, lalu Ryff dan Keyes membuat *Psychological Well Being Scale* dalam beberapa

versi yang lebih pendek yaitu versi 54 item, 42 item dan 18 item. Instrumen *psychological well being* pernah digunakan untuk mengukur remaja di berbagai negara. Penulis menggunakan instrumen *psychological well being* dengan melakukan adaptasi dari instrumen asli yang dibuat oleh Ryff. Proses adaptasi yang dilakukan oleh penulis adalah melakukan translate dan back translate dan kemudian dilakukan *expert judgement* oleh ahli.

Pernyataan dalam instrument *psychological well being* disusun dengan menggunakan skala likert yang terdiri dari lima pilihan respon. Lima pilihan respon tersebut terdiri dari Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Netral (N), Setuju (S), Sangat Setuju (SS). Total skor didapatkan dari penjumlahan semua skor pada skala sesuai dengan tabel 3.1 beriku:

Tabel 3.1. Skoring Skala *Psychological Well Being*

Kategori Jawaban	Skor	
	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>
Sangat Tidak Setuju	1	5
Tidak Setuju	2	4
Netral	3	3
Setuju	4	2
Sangat Setuju	5	1

Tabel 3.2. *Blueprint Skala Psychological Well Being*

Dimensi	Indikator	Butir Soal		Total
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
<i>Self Acceptance</i> (Penerimaan Diri)	Sikap positif	6		1
	Menerima sisi positif dan negatif dalam diri	12		1
<i>Positive Relations with Others</i> (Hubungan Positif dengan Orang Lain)	Hubungan yang hangat		4	1
	Peduli dengan orang lain	10		1
	Percaya pada orang lain		16	1
<i>Autonomy</i> (Kemandirian)	Pengambilan keputusan	7	1	2
	Evaluasi diri	13		1
	Kontrol diri	14		1
<i>Environmental Mastery</i> (Penguasaan Lingkungan)	Aktivitas eksternal	2	8	2
<i>Purpose in Life</i> (Tujuan Hidup)	Arti kehidupan	11	5,17,18	4
<i>Personal Growth</i> (Pertumbuhan Pribadi)	Pengalaman hidup	3, 9	15	3
Total		10	8	18

3.5.2. Instrumen Keterlibatan Ayah

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel keterlibatan ayah adalah *Inventory of Father Involvement* versi pendek yang dibuat oleh Hawkins (2002). *Inventory of Father Involvement* versi pendek terdiri atas 26 item yang di dalamnya mengukur sembilan dimensi keterlibatan ayah yaitu mengajarkan disiplin dan tanggungjawab (*Discipline and teaching responsibility*), mendorong keberhasilan di sekolah (*School encouragement*), menjelaskan dukungan ibu (*Mother support*), menyediakan kebutuhan (*Providing*), menikmati waktu bersama dan saling berbincang (*Time and talking together*), memberikan pujian dan afeksi (*Praise and affection*), mengembangkan potensi dan masa depan anak (*Developing talents and future concerns*), mendukung anak dalam membaca dan mengerjakan tugas (*Reading and homework support*) dan memberikan perhatian pada anak (*Attentiveness*). *Inventory of Father Involvement* versi pendek ini telah diuji oleh beberapa peneliti dan hasilnya telah memiliki validitas dan reliabilitas yang baik (Hawkins et al., 2002).

Hawkins menciptakan instrument *Inventory of Father Involvement* sebagai pengembangan dari teori Lamb, dengan memasukkan unsur ibu didalamnya. Hawkins awalnya menciptakan instrument *Inventory of Father Involvement* sebanyak 100 item, lalu Hawkins melakukan revisi terhadap instrument *Inventory of Father Involvement* dan di dapatkan hasil akhir 43 item. Setelah itu, Hawkins menciptakan versi pendek dari *Inventory of Father Involvement* dengan 26 item didalamnya. Instrumen *Inventory of Father Involvement* diciptakan oleh Hawkins untuk mengukur keterlibatan ayah dari perspektif ayah, namun instrument ini banyak dimodifikasi kedalam perspektif ibu dan juga anak. Penulis menggunakan instrumen *Inventory of Father Involvement* dengan melakukan modifikasi dari instrumen asli yang dibuat oleh Hawkins. Proses modifikasi yang dilakukan oleh penulis adalah melakukan translate dan back translate dan kemudian dilakukan modifikasi dari perspektif ayah ke perspektif anak, setelah itu dilakukan *expert judgement* oleh ahli.

Pernyataan dalam instrument keterlibatan ayah disusun dengan menggunakan skala likert yang terdiri dari lima pilihan respon. Lima pilihan respon tersebut terdiri dari Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Netral (N), Setuju (S), Sangat Setuju (SS). Total skor didapatkan dari penjumlahan semua skor pada skala sesuai dengan tabel 3.4 beriku:

Tabel 3.3. Skoring Skala Keterlibatan Ayah

Kategori Jawaban	Skor
Sangat Tidak Setuju	5
Tidak Setuju	4
Netral	3
Setuju	2
Sangat Setuju	1

Tabel 3.4. Blueprint Skala Keterlibatan Ayah

Dimensi	Indikator	Butir Item	Total
<i>Discipline And Teaching Responsibility</i>	Mengajarkan kedisiplinan	20,26	2
	Mengajarkan tanggungjawab	25	1
<i>School Encouragement</i>	Mendorong keberhasilan di sekolah	9,12,18	3
<i>Mother Support</i>	Memberikan dukungan pada ibu	5,16	2
	Menjelaskan dukungan ibu pada anak	7	1
<i>Providing</i>	Menyediakan kebutuhan anak	3,11	2
<i>Time And Talking</i>	Menikmati waktu bersama	10,24	2

<i>Together</i>	Berbincang bersama	15	1
<i>Praise And Affection</i>	Memberikan pujian	4,8	2
	Menunjukkan afeksi	13	1
<i>Developing Talents And Future Concerns</i>	Mengembangkan potensi anak	23	1
	Menyusun masa depan anak	19, 22	2
<i>Reading And Homework Support</i>	Mendukung anak dalam membaca	2,17	2
	Membantu anak mengerjakan tugas	21	1
<i>Attentiveness</i>	Memberikan perhatian pada anak	1,6,14	3
Total			26

3.5.3. Instrumen Regulasi Emosi

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel regulasi emosi adalah *Emotion Regulation Questionnaire* yang di buat oleh Gross dan John (2003). *Emotion Regulation Questionnaire* terdiri atas 10 item yang didalamnya mengukur dua aspek regulasi emosi yaitu *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. Penulis menggunakan instrumen regulasi emosi dengan melakukan adaptasi dari instrumen asli yang dibuat oleh Gross. Proses adaptasi yang dilakukan oleh penulis adalah melakukan translate dan back translate dan kemudian dilakukan *expert judgement* oleh ahli.

Pernyataan dalam instrument regulasi emosi disusun dengan menggunakan skala likert yang terdiri dari lima pilihan respon. Lima pilihan respon tersebut terdiri dari Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Netral (N), Setuju (S), Sangat

Setuju (SS). Total skor didapatkan dari penjumlahan semua skor pada skala sesuai dengan tabel 3.5 berikut:

Tabel 3.5. Skoring Skala Regulasi Emosi

Kategori Jawaban	Skor
Sangat Tidak Setuju	5
Tidak Setuju	4
Netral	3
Setuju	2
Sangat Setuju	1

Tabel 3.6. Blueprint Skala Regulasi Emosi

Dimensi	Indikator	Butir Item	Total
<i>Cognitive Reappraisal</i>	1. Menguraikan situasi	5,8	2
	2. Mengubah kognitif	1,3,7,10	4
<i>Expressive Suppression</i>	1. Merespon Emosi	2,6	2
	2. Mengubah aspek perilaku	4,9	2
Total			10

3.6. Uji Coba Instrumen

Uji coba instrument dilakukan mengetahui validitas dan reliabilitas instrument yang digunakan sebelum pengambilan data final. Uji validitas digunakan untuk melihat apakah instrumen yang digunakan mampu mengukur atribut yang seharusnya diukur. Uji reliabilitas digunakan untuk melihat tingkat konsistensi instrument dalam

mengukur sehingga apabila digunakan kembali dapat menghasilkan informasi yang sama.

Uji coba instrument dilakukan menggunakan Model *Rasch* dengan bantuan Winstep versi 3.73. Uji coba instrument dilakukan pada 47 subjek yang memenuhi kriteria sampel yang digunakan dalam penelitian. Prinsip-prinsip pemodelan *Rasch* berkaitan dengan teori respon butir yang menjelaskan interaksi antara orang (*person*) dan butir soal (item). Uji validitas yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan nilai INFIT MNSQ tiap butir soal. Kriteria uji reliabilitas yang berlaku untuk Model *Rasch* dapat dilihat pada tabel 3.7.

Tabel 3.7. Kaidah Reliabilitas Model *Rasch*

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
>0,94	Istimewa
0,91 – 0,94	Bagus Sekali
0,81 – 0,90	Bagus
0,67 – 0,80	Cukup
<0,67	Lemah

3.6.1. Uji Coba Instrumen *Psychological Well Being*

Berdasarkan pada uji coba menggunakan model *Rasch* dengan bantuan Winstep Versi 3.73, skala *psychological well being* termasuk skala *unidimensional* karena memiliki *raw variance score* sebesar 34,4%. Salah satu persyaratan unidimensi dalam model *Rasch* adalah memiliki *raw variance score* minimal 20% (Bambang & Widhiarso, 2014). Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada 47 orang responden, terdapat beberapa item yang gugur pada skala *psychological well being*. Uji validitas skala *psychological well being* dapat dilihat dalam tabel 3.8.

Tabel 3.8. Hasil Uji Validitas Skala *Psychological Well Being*

Skala	Item yang Gugur	Item yang dapat Digunakan
<i>Psychological Well Being</i>	1, 11, 17	2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 18
Total	3	15

Berdasarkan pada tabel 3.8. dapat dilihat bahwa setelah dilakukan uji validitas, terdapat 3 item yang gugur, yaitu item 1, 11 dan 17. Hal ini berarti dari total 18 item hanya 15 item yang dapat digunakan kembali untuk mengambil data final. *Blueprint* final skala *psychological well being* dapat dilihat pada tabel 3.9.

Tabel 3.9. *Blueprint* Final Skala *Psychological Well Being*

Dimensi	Indikator	Butir Soal		Total
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
<i>Self Acceptance</i> (Penerimaan Diri)	Sikap positif	6		1
	Menerima sisi positif dan negatif dalam diri	12		1
<i>Positive Relations with Others</i> (Hubungan Positif dengan Orang Lain)	Hubungan yang hangat		4	1
	Peduli dengan orang lain	10		1
<i>Autonomy</i> (Kemandirian)	Percaya pada orang lain		16	1
	Pengambilan keputusan	7		1
	Evaluasi diri	13		1
	Kontrol diri	14		1

<i>Environmental</i>				
<i>Mastery</i> (Penguasaan Lingkungan)	Aktivitas eksternal	2	8	2
<i>Purpose in Life</i> (Tujuan Hidup)				
	Arti kehidupan		5,18	2
<i>Personal Growth</i> (Pertumbuhan Pribadi)				
	Pengalaman hidup	3,9	15	3
Total		9	6	15

Hasil uji reliabilitas skala *psychological well being* dapat dilihat pada tabel 3.10 berikut ini:

Tabel 3.10. Hasil Koefisien Reliabilitas Skala *Psychological Well Being*

Skala	Koefisien Reliabilitas	Kriteria
<i>Psychological Well Being</i>	0,70	Cukup

3.6.2. Uji Coba Instrumen Keterlibatan Ayah

Berdasarkan pada uji coba menggunakan model *Rasch* dengan bantuan Winstep Versi 3.73, skala keterlibatan ayah termasuk skala *unidimensional* karena memiliki *raw variance score* sebesar 48,7%. Salah satu persyaratan unidimensi dalam model *Rasch* adalah memiliki *raw variance score* minimal 20% (Bambang & Widhiarso, 2014). Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada 47 orang responden, terdapat beberapa item yang gugur pada skala keterlibatan ayah. Uji validitas skala keterlibatan ayah dapat dilihat dalam tabel 3.11.

Tabel 3.11. Hasil Uji Validitas Skala Keterlibatan Ayah

Skala	Item yang Gugur	Item yang dapat Digunakan
Keterlibatan Ayah	2 dan 17	1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26
Total	2	24

Berdasarkan pada tabel 3.11. dapat dilihat bahwa setelah dilakukan uji validitas, terdapat 2 item yang gugur, yaitu item 2 dan 17. Item 2 dan item 17 sama-sama berada dalam indikator mendukung anak dalam membaca. Indikator ini tidak dapat digunakan kerana memiliki daya diskriminasi yang rendah. Indikator mendukung anak dalam membaca tidak sesuai dengan budaya keterlibatan ayah di Indonesia khususnya Jakarta. Budaya patriaki yang dianut oleh Indonesia membuat kecenderungan ayah untuk mendukung dan mengajarkan anak membaca menjadi lebih kecil dibandingkan dengan ibu. Hal ini berarti dari total 26 item hanya 24 item yang dapat digunakan kembali untuk mengambil data final. *Blueprint* final skala keterlibatan ayah dapat dilihat pada tabel 3.12.

Tabel 3.12. *Blueprint* Final Skala Keterlibatan Ayah

Dimensi	Indikator	Butir Item	Total
<i>Discipline And Teaching Responsibility</i>	Mengajarkan kedisiplinan	20,26	2
	Mengajarkan tanggungjawab	25	1
<i>School Encouragement</i>	Mendorong keberhasilan di sekolah	9,12,18	3
<i>Mother Support</i>	Memberikan dukungan pada ibu	5,16	2

	Menjelaskan dukungan ibu pada anak	7	1
<i>Providing</i>	Menyediakan kebutuhan anak	3,11	2
<i>Time And Talking Together</i>	Menikmati waktu bersama	10,24	2
	Berbincang bersama	15	1
<i>Praise And Affection</i>	Memberikan pujian	4,8	2
	Menunjukkan afeksi	13	1
<i>Developing Talents And Future Concerns</i>	Mengembangkan potensi anak	23	1
	Menyusun masa depan anak	19, 22	2
<i>Reading And Homework Support</i>	Membantu anak mengerjakan tugas	21	1
<i>Attentiveness</i>	Memberikan perhatian pada anak	1,6,14	3
Total			24

Hasil uji reliabilitas skala keterlibatan ayah dapat dilihat pada tabel 3.13 berikut ini:

Tabel 3.13. Hasil Koefisien Reliabilitas Skala Keterlibatan Ayah

Skala	Koefisien Reliabilitas	Kriteria
Keterlibatan Ayah	0,94	Bagus Sekali

3.6.3. Uji Coba Instrumen Regulasi Emosi

Berdasarkan pada uji coba menggunakan model *Rasch* dengan bantuan Winstep Versi 3.73, skala regulasi emosi termasuk skala *unidimensional* karena memiliki *raw variance score* sebesar 43,8%. Salah satu persyaratan unidimensi dalam model *Rasch* adalah memiliki *raw variance score* minimal 20% (Bambang &

Widhiarso, 2014). Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada 47 orang responden, terdapat beberapa item yang gugur pada skala regulasi emosi. Uji validitas skala regulasi emosi dapat dilihat dalam tabel 3.14.

Tabel 3.14. Hasil Uji Validitas Skala Regulasi Emosi

Skala	Item yang Gugur	Item yang dapat Digunakan
Regulasi Emosi	2	1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
Total	1	9

Berdasarkan pada tabel 3.14. dapat dilihat bahwa setelah dilakukan uji validitas, terdapat 1 item yang gugur, yaitu item 2. Hal ini berarti dari total 10 item hanya 9 item yang dapat digunakan kembali untuk mengambil data final. *Blueprint* final skala regulasi emosi dapat dilihat pada tabel 3.15.

Tabel 3.15. Blueprint Final Skala Regulasi Emosi

Dimensi	Indikator	Butir Item	Total
<i>Cognitive Reappraisal</i>	3. Menguraikan situasi	5,8	2
	4. Mengubah kognitif	1,3,7,10	4
<i>Expressive Suppression</i>	3. Merespon Emosi	6	1
	4. Mengubah aspek perilaku	4,9	2
Total			9

Hasil uji reliabilitas skala regulasi emosi dapat dilihat pada tabel 3.16 berikut ini:

Tabel 3.16. Hasil Koefisien Reliabilitas Skala Regulasi Emosi

Skala	Koefisien Reliabilitas	Kriteria
Regulasi Emosi	0,86	Bagus

3.7. Analisis Data

Setelah didapatkan data dari hasil menyebarkan kuesioner skala keterlibatan ayah, regulasi emosi dan *psychological well being*, selanjutnya akan dilakukan analisis data. Penulis menggunakan bantuan *software* Winstep versi 3.73 dan SPSS versi 19.0 untuk melakukan analisis data.

3.7.1. Perumusan Hipotesis

1. Ho : $b = 0$

Ho: Tidak terdapat pengaruh keterlibatan ayah dan regulasi emosi secara bersama-sama terhadap *psychological well being* pada remaja akhir

Ha : $b \neq 0$

Ha: Terdapat pengaruh keterlibatan ayah dan regulasi emosi secara bersama-sama terhadap *psychological well being* pada remaja akhir

2. Ho : $b = 0$

Ho: Tidak terdapat pengaruh keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* pada remaja akhir

Ha : $b \neq 0$

Ha: Terdapat pengaruh keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* pada remaja akhir

3. Ho : $b = 0$

Ho: Tidak terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir

Ha : $b \neq 0$

Ha: Terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir

Keterangan:

Ho : Hipotesis Nol

Ha : Hipotesis Alternatif

b : Koefisien Pengaruh

3.7.2. Uji Asumsi

3.7.2.1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang didapat terdistribusi secara normal. Uji normalitas dilakukan menggunakan uji chi-square dengan rumus kolmogorof smirnov/liliefors (Rangkuti & Wahyuni, 2017). Jika nilai p lebih besar dari taraf signifikansi (α) yang digunakan maka penyebaran data tergolong normal.

3.7.2.2. Uji Linieritas dan Multikolinieritas

Uji linieritas dilakukan untuk melihat apakah hubungan antar variabel tergolong linier atau tidak. Jika nilai p lebih kecil daripada nilai α , maka kedua variabel bersifat linier satu sama lain (Rangkuti & Wahyuni, 2017). Uji multikolinieritas bertujuan untuk melihat apakah setiap variabel bebas memiliki korelasi dengan variabel bebas lain di dalam suatu model regresi. Model regresi yang baik seharusnya antar variabel bebas tidak memiliki korelasi. Antar variabel bebas

dianggap tidak terjadi multikolinieritas apabila nilai toleransi lebih besar dari 0,1 dan nilai VIF lebih kecil dari 10,0.

3.7.2.3. Uji Korelasi

Uji Korelasi dilakukan untuk melihat hubungan antar variabel dan bagaimana bentuk hubungan yang terjadi antar variabel tersebut (Rangkuti, 2015). Teknik korelasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi pearson/product moment karena data dalam penelitian ini berbentuk interval. Antar variabel dianggap memiliki hubungan yang signifikan apabila nilai signifikansi (nilai p) lebih kecil dari taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$).

3.7.2.4. Uji Analisis Regresi

Uji analisis regresi dilakukan untuk mencapai tujuan-tujuan penelitian yang belum dapat diperoleh dengan uji korelasi saja. Uji analisis regresi dilakukan untuk mengetahui prediksi suatu variabel terhadap variabel lain serta bagaimana hubungan sebab akibat antar variabel tersebut (Rangkuti & Wahyuni, 2017). Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ dan $p < \alpha$, maka H_a diterima dan H_o ditolak, yang artinya dua variabel atau lebih memiliki pengaruh yang signifikan dan variabel prediktor dapat digunakan untuk memprediksi variabel kontinum.

Teknik analisis regresi yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi dua prediktor, dengan prediktor 1 adalah keterlibatan ayah dan prediktor kedua adalah regulasi emosi. Sementara *psychological well being* sebagai variabel yang diprediksi. Persamaan regresinya adalah:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2$$

Keterangan:

Y : variabel yang diprediksi, yaitu *psychological well being*

a : bilangan konstan

b₁ : koefisien prediktor 1, yaitu Keterlibatan Ayah

- b2 : koefisien prediktor 2, yaitu Regulasi Emosi
- X1 : prediktor 1, yaitu Keterlibatan Ayah
- X2 : prediktor 2, yaitu Regulasi Emosi

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Responden/Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah remaja akhir usia 18-22 tahun yang masih memiliki kedua orangtua dan tinggal bersama kedua orangtuanya yang berdomisili di DKI Jakarta. Sampel penelitian yang didapatkan oleh penulis berjumlah 304 orang. Berikut adalah gambaran karakteristik sampel penelitian:

4.1.1. Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Usia

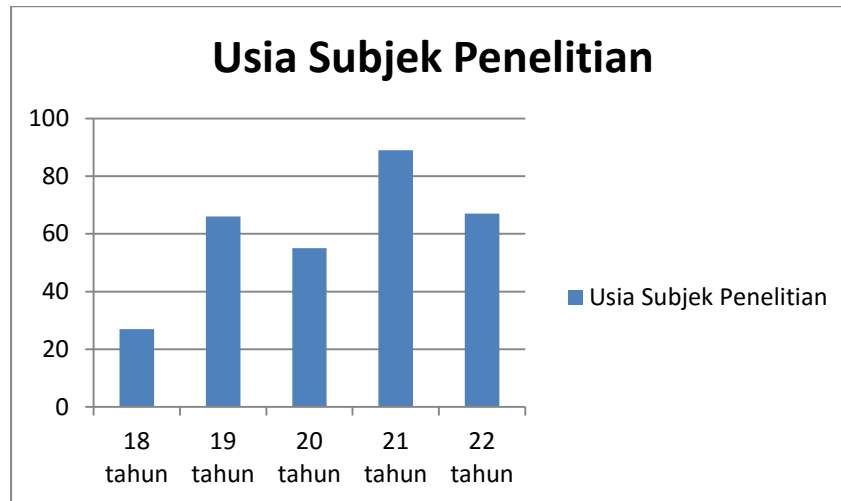
Usia subjek dalam penelitian ini adalah 18 sampai 22 tahun. Distribusi data usia subjek penelitian dapat dilihat pada tabel 4.1.

Tabel 4.1. Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	N	Persentase
18 tahun	27	8.9%
19 tahun	66	21.7%
20 tahun	55	18.1%
21 tahun	89	29.3%
22 tahun	67	22%
Total	304	100%

Berdasarkan tabel 4.1. dapat diketahui bahwa jumlah sampel yang berusia 18 tahun berjumlah 27 orang (8.9%), usia 19 tahun berjumlah 66 orang (21.7%), usia 20 tahun berjumlah 55 orang (18.1%), usia 21 tahun berjumlah 89 (29.3%) dan usia 22

tahun berjumlah 67 orang (22%). Jika data distribusi usia subjek digambarkan dengan diagram batang, maka dapat dilihat pada gambar 4.1. berikut.



Gambar 4.1. Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

4.1.2. Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

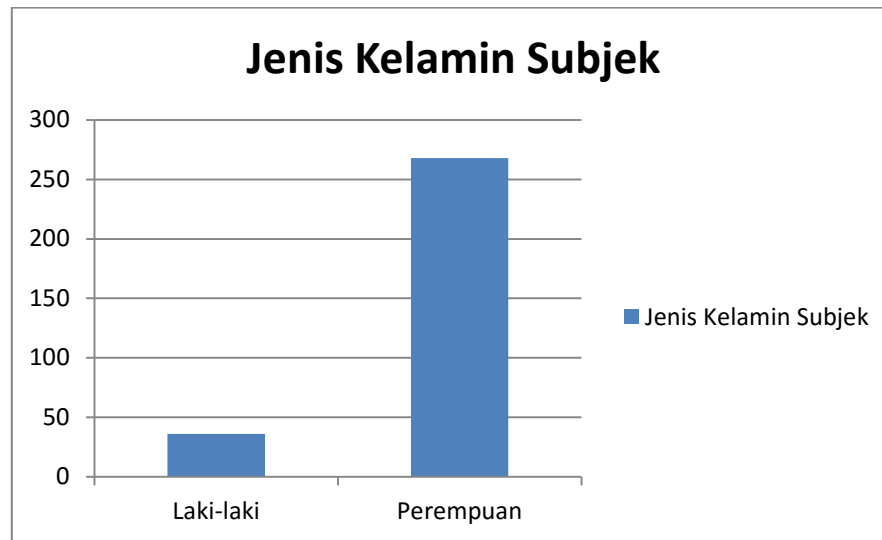
Distribusi data subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 4.2 berikut.

Tabel 4.2. Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Persentase
Laki-laki	36	11.8%
Perempuan	268	88.2%
Total	304	100%

Berdasarkan tabel 4.2. dapat diketahui bahwa subjek penelitian yang berjeniskelamin laki-laki berjumlah 36 orang (11.8%) dan jumlah subjek penelitian

berjeniskelamin perempuan berjumlah 268 orang (88.2%). Gambaran data distribusi jenis kelamin subjek dengan diagram batang dapat dilihat pada Gambar 4.2. berikut.



Gambar 4.2. Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

4.2. Prosedur Penelitian

4.2.1. Persiapan Penelitian

Tahap persiapan penelitian yang pertama dilakukan oleh penulis adalah dengan mencari fenomena dan permasalahan berkaitan dengan bidang psikologi yang sedang terjadi di masyarakat yang dapat diteliti. Penulis menemukan fenomena banyaknya terjadi kenakalan remaja dan juga kasus-kasus kriminalitas yang dilakukan oleh remaja. Kasus-kasus kriminalitas dan juga kenakalan-kenakalan yang dilakukan oleh remaja beberapa diantaranya seperti pencurian, pembunuhan, kekerasan, penyalahgunaan teknologi dan juga narkoba. Penulis mencoba mencari informasi lebih dalam mengenai fenomena yang terjadi melalui sumber literatur dari media cetak maupun media online. Fenomena yang terjadi berkaitan dengan

menurunnya nilai dan moral pada remaja, serta kemungkinan rendahnya kualitas psikologis mereka.

Penulis mencari sumber literature seperti jurnal dan juga e-book mengenai perkembangan remaja. Kemungkinan penyebab maraknya kasus-kasus kriminal yang dilakukan oleh remaja adalah karena rendahnya kualitas psikologis mereka membuat penulis memutuskan untuk memilih variabel *psychological well being* sebagai variabel dependen dalam penelitian ini. Keluarga, terutama kedua orangtua adalah sosok yang paling berpengaruh di kehidupan seorang anak. Di Indonesia telah banyak penelitian yang meneliti peran dan dampak keterlibatan ibu dalam kehidupan anaknya, sementara sosok ayah masih sedikit diteliti bagaimana peran dan dampak dari keterlibatan seorang ayah dalam kehidupan anaknya. Atas pertimbangan itulah penulis memilih variabel keterlibatan ayah sebagai variabel independen dalam penelitian ini.

Penulis mendiskusikan variabel *psychological well being* dan keterlibatan ayah dengan dosen pembimbing. Setelah dilakukan diskusi, dirasakan masih ada faktor lain yang dapat diteliti bersamaan dengan kedua variabel tersebut. Salah satu faktor yang mempengaruhi remaja untuk berbuat kriminalitas ataupun berbuat kenakalan adalah karena remaja tidak mampu untuk mengelola emosi yang mereka rasakan. Oleh karena itu penulis menambahkan variabel regulasi emosi sebagai variabel independen kedua dalam penelitian ini.

Setelah melakukan diskusi kembali terkait variabel, penulis mencari literatur mengenai *psychological well being*, keterlibatan ayah dan juga regulasi emosi. Penulis mempelajari jurnal-jurnal atau studi-studi terdahulu mengenai ketiga variabel tersebut. Setelah itu penulis mencari instrument yang dapat digunakan untuk mengukur ketiga variabel tersebut. Penulis memilih untuk mengadaptasi instrumen *Psychological Well Being Scale Short Version* yang dibuat oleh Ryff untuk mengukur variabel *psychological well being*, lalu instrumen *Inventory of Father Involvement Short Version* yang dibuat oleh Hawkins untuk mengukur variabel keterlibatan ayah

dan instrumen *Emotion Regulation Questionnaire* untuk mengukur variabel regulasi emosi. Penulis mengadaptasi ketiga instrument tersebut dari instrument aslinya.

Proses adaptasi yang dilakukan adalah penulis melakukan translate dan back translate menggunakan jasa biro translator. Setelah didapat hasilnya penulis melakukan *expert judgement* dengan para ahli. Kemudian penulis melakukan perbaikan instrument dari hasil *expert judgement* yang didapatkan. Setelah itu penulis melakukan uji coba instrument.

Uji coba instrument dilakukan kepada 47 orang remaja akhir. Instrumen yang diujicobakan adalah 18 item *Psychological Well Being Scale Short Version*, 26 item *Inventory of Father Involvement Short Version* dan 10 item *Emotion Regulation Questionnaire*. Penulis kemudian melakukan uji validitas dan reliabilitas item. Hasil yang didapatkan adalah 15 item valid dalam *Psychological Well Being Scale Short Version*, 24 item valid dalam *Inventory of Father Involvement Short Version* dan 9 item valid dalam *Emotion Regulation Questionnaire*.

4.2.2. Pelaksanaan Penelitian

Pengambilan data penelitian dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner secara langsung. Pengambilan data dilakukan mulai dari tanggal 4 Juli 2018 – 10 Juli 2018. Pengambilan data dilakukan di beberapa lokasi, yaitu Universitas Negeri Jakarta Kampus A, Universitas Negeri Jakarta Kampus D, Universitas Katolik Atmajaya, Universitas Trisakti, dan Universitas Indonesia. Kuesioner disebarkan kepada 304 orang responden yang sesuai dengan kriteria sampel dalam penelitian ini.

Penyebaran data yang dilakukan di Universitas Negeri Jakarta Kampus A dan Kampus D, dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner kepada mahasiswa angkatan 2014,2015,2016 dan 2017. Pada awalnya penulis memastikan terlebih dahulu jika calon responden sesuai dengan kriteria sampel dalam penelitian ini. Setelah itu penulis meminta responden untuk mengisi kuesioner penelitian. Penyebaran data yang dilakukan di Universitas Katolik Atmajaya, Universitas

Trisakti, dan Universitas Indonesia dilakukan dengan bantuan dari kerabat dari peneliti. Kuesioner disebarikan kepada mahasiswa dari berbagai angkatan dan juga fakultas yang dapat ditemui. Penulis terlebih dahulu melakukan pendekatan kepada calon responden, dengan menjelaskan maksud dan tujuan. Setelah itu penulis memastikan jika calon responden sesuai dengan kriteria sampel dalam penelitian ini. Kemudian penulis meminta responden untuk mengisi kuesioner penelitian. Selama proses penyebaran data penulis juga mengobservasi ada beberapa responden yang sungguh-sungguh dalam mengisi kuesioner namun ada pula beberapa responden yang tidak terlalu bersungguh-sungguh dan terkesan terburu-buru.

4.3. Hasil Analisis Data Penelitian

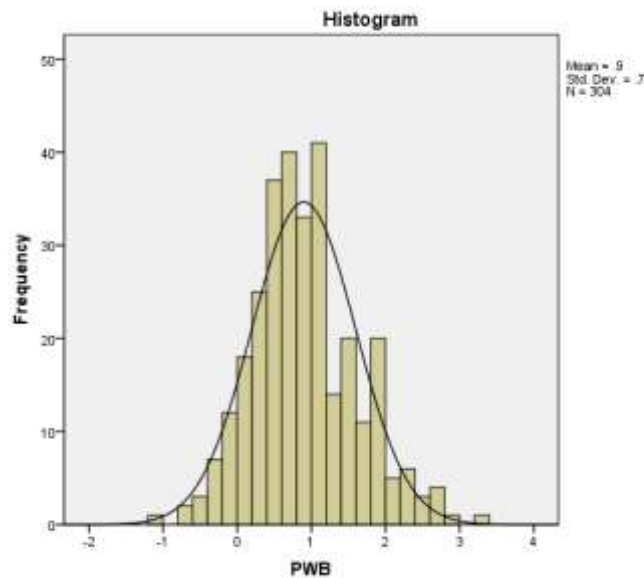
4.3.1. Data Statistika Deskriptif *Psychological Well Being*

Pengukuran variabel *psychological well being* menggunakan alat ukur *Psychological Well Being Scale* yang telah diadaptasi. Instrumen final *psychological well being* yang telah diadaptasi dan dilakukan uji coba terdapat 15 item dengan subjek penelitian sebanyak 304 orang remaja akhir. Uji coba dilakukan melalui Model Rasch dan pengukuran final dilakukan menggunakan SPSS 19.0 di dapat hasil sebagai berikut.

Tabel 4.3. Distribusi Deskriptif Data *Psychological Well Being*

Pengukuran	Nilai
Mean	0,90
Median	0,84
Modus	1
Standar Deviasi	0,7
Varians	0,49
Nilai Minimum	-1
Nilai Maximum	3

Berdasarkan tabel 4.3. dapat dilihat bahwa variabel *psychological well being* memiliki mean 0,90, median 0,84, modus 1, standar deviasi 0,7, variance 0,49, nilai minimum -1 dan nilai maximum 3. Berikut grafik histogram untuk menggambarkan distribusi deskriptif data variabel *psychological well being*.



Gambar 4.3. Distribusi Deskriptif Data *Psychological Well Being*

(Sumber dari SPSS Versi 19.0)

4.3.1.1. Kategorisasi Skor *Psychological Well Being*

Kategori *psychological well being* terbagi menjadi dua kategori skor, yaitu kategori skor tinggi dan rendah. Kategorisasi skor didapat menggunakan menggunakan hasil mean perhitungan melalui SPSS Versi 19.0. Berikut penjelasan mengenai pembagian kategori skor variabel *psychological well being*.

Rendah, jika : $X < \text{Mean Logit}$

Tinggi, jika : $X \geq \text{Mean Logit}$

Tabel 4.4. Kategori Skor *Psychological Well Being*

Keterangan	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 0,90$ Logit	160	52,6%
Tinggi	$X \geq 0,90$ Logit	144	47,4%
Total		304	100%

Berdasarkan tabel 4.4. dapat dilihat bahwa dari 304 orang remaja akhir yang menjadi subjek penelitian terdapat 144 orang subjek penelitian (47,4%) yang termasuk dalam kategori memiliki *psychological well being* yang tinggi dan terdapat 160 orang subjek penelitian (52,6%) yang termasuk dalam kategori memiliki *psychological well being* yang rendah.

4.3.1.2. Kategorisasi Skor *Psychological Well Being* Berdasarkan Usia

Kategorisasi *psychological well being* pada remaja akhir berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel 4.5

Tabel 4.5 Kategorisasi Skor *Psychological Well Being* Berdasarkan Usia

Usia	<i>Psychological Well Being</i>		Total
	Rendah	Tinggi	
18	16	11	27
19	32	34	66
20	32	23	55
21	43	46	89
22	37	30	67
Total	160	144	304

Berdasarkan data pada tabel 4.5 dapat dilihat bahwa pada responden usia 18 tahun terdapat 16 orang yang memiliki *psychological well being* rendah dan 11 orang memiliki *psychological well being* tinggi, untuk responden usia 19 tahun terdapat 32 orang yang memiliki *psychological well being* rendah dan 34 orang yang memiliki *psychological well being* tinggi, usia 20 tahun terdapat 32 orang memiliki *psychological well being* rendah dan 23 orang memiliki *psychological well being* tinggi, usia 21 tahun sebanyak 43 orang memiliki *psychological well being* rendah dan 46 orang memiliki *psychological well being* tinggi, responden usia 22 tahun sebanyak 37 orang memiliki *psychological well being* rendah dan 30 orang memiliki *psychological well being* tinggi.

4.3.1.3. Kategorisasi Skor Psychological Well Being Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategorisasi *psychological well being* pada remaja akhir berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 4.6

Tabel 4.6 Kategorisasi Skor Psychological Well Being Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	<i>Psychological Well Being</i>		Total
	Rendah	Tinggi	
Laki-laki	17	19	36
Perempuan	143	125	268
Total	160	144	304

Berdasarkan data pada tabel 4.6 dapat dilihat bahwa responden berjenis kelamin laki-laki terdapat 17 orang memiliki *psychological well being* rendah dan 19 orang memiliki *psychological well being* tinggi, sementara responden berjeniskelamin perempuan sebanyak 143 orang memiliki *psychological well being* rendah dan 125 orang memiliki *psychological well being* tinggi.

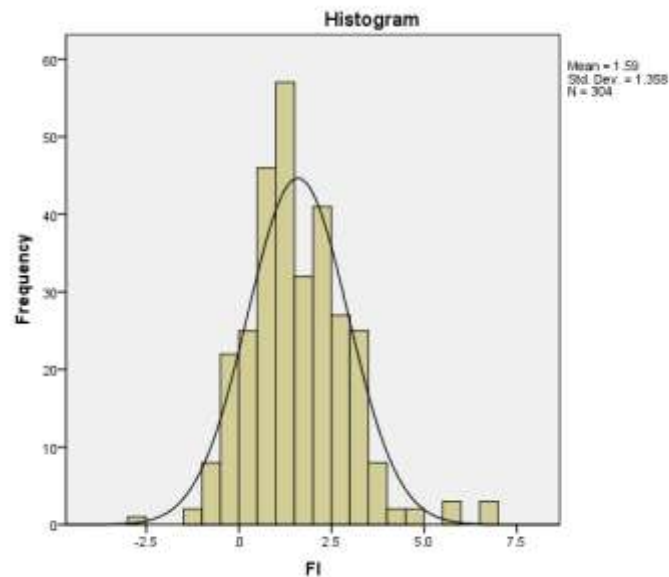
4.3.2. Data Statistika Deskriptif Keterlibatan Ayah

Pengukuran variabel keterlibatan ayah menggunakan alat ukur *Inventory of Father Involvement* yang telah diadaptasi. Instrumen final keterlibatan ayah yang telah diadaptasi dan dilakukan uji coba terdapat 24 item dengan subjek penelitian sebanyak 304 orang remaja akhir. Uji coba dilakukan melalui Model Rasch dan pengukuran final dilakukan menggunakan SPSS 19.0 di dapat hasil sebagai berikut.

Tabel 4.7. Distribusi Deskriptif Data Keterlibatan Ayah

Pengukuran	Nilai
Mean	1,59
Median	1,49
Modus	2
Standar Deviasi	1,358
Varians	1,844
Nilai Minimum	-3
Nilai Maximum	7

Berdasarkan tabel 4.5. dapat dilihat bahwa variabel keterlibatan ayah memiliki mean 1,59, median 1,49, modus 2, standar deviasi 1,358, variance 1,844, nilai minimum -3 dan nilai maximum 7. Berikut grafik histogram untuk menggambarkan distribusi deskriptif data variabel keterlibatan ayah.



Gambar 4.4. Distribusi Deskriptif Data Keterlibatan Ayah

(Sumber dari SPSS Versi 19.0)

4.3.2.1. Kategorisasi Skor Keterlibatan Ayah

Kategori keterlibatan ayah terbagi menjadi dua kategori skor, yaitu kategori skor tinggi dan rendah. Kategorisasi skor didapat menggunakan menggunakan hasil mean perhitungan melalui SPSS Versi 19.0. Berikut penjelasan mengenai pembagian kategori skor variabel *psychological well being*.

Rendah, jika : $X < \text{Mean Logit}$

Tinggi, jika : $X \geq \text{Mean Logit}$

Tabel 4.8. Kategori Keterlibatan Ayah

Keterangan	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 1,59 \text{ Logit}$	176	57,9%
Tinggi	$X \geq 1,59 \text{ Logit}$	128	42,1%
Total		304	100%

Berdasarkan tabel 4.6. dapat dilihat bahwa dari 304 orang remaja akhir yang menjadi subjek penelitian terdapat 128 orang subjek penelitian (42,1%) yang termasuk dalam kategori memiliki keterlibatan ayah yang tinggi dan terdapat 176 orang subjek penelitian (57,9%) yang termasuk dalam kategori memiliki keterlibatan ayah yang rendah.

4.3.1.2. Kategorisasi Skor Keterlibatan Ayah Berdasarkan Usia

Kategorisasi keterlibatan ayah pada remaja akhir berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel 4.9

Tabel 4.9 Kategorisasi Skor Keterlibatan Ayah Berdasarkan Usia

Usia	Keterlibatan Ayah		Total
	Rendah	Tinggi	
18	15	12	27
19	40	26	66
20	28	27	55
21	52	37	89
22	41	26	67
Total	176	128	304

Berdasarkan data pada tabel 4.9 dapat dilihat bahwa pada responden usia 18 tahun terdapat 15 orang yang memiliki keterlibatan ayah rendah dan 12 orang memiliki keterlibatan ayah tinggi, untuk responden usia 19 tahun terdapat 40 orang yang memiliki keterlibatan ayah rendah dan 26 orang yang memiliki keterlibatan ayah tinggi, usia 20 tahun terdapat 28 orang memiliki keterlibatan ayah rendah dan 27 orang memiliki keterlibatan ayah tinggi, usia 21 tahun sebanyak 52 orang memiliki keterlibatan ayah rendah dan 37 orang memiliki keterlibatan ayah tinggi, responden

usia 22 tahun sebanyak 41 orang memiliki keterlibatan ayah rendah dan 26 orang memiliki keterlibatan ayah tinggi.

4.3.1.3. Kategorisasi Skor Keterlibatan Ayah Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategorisasi keterlibatan ayah pada remaja akhir berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 4.10

Tabel 4.10 Kategorisasi Skor Keterlibatan Ayah Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Keterlibatan Ayah		Total
	Rendah	Tinggi	
Laki-laki	24	12	36
Perempuan	152	116	268
Total	176	128	304

Berdasarkan data pada tabel 4.10 dapat dilihat bahwa responden berjenis kelamin laki-laki terdapat 24 orang memiliki keterlibatan ayah rendah dan 12 orang memiliki keterlibatan ayah tinggi, sementara responden berjeniskelamin perempuan sebanyak 152 orang memiliki keterlibatan ayah rendah dan 116 orang memiliki keterlibatan ayah tinggi.

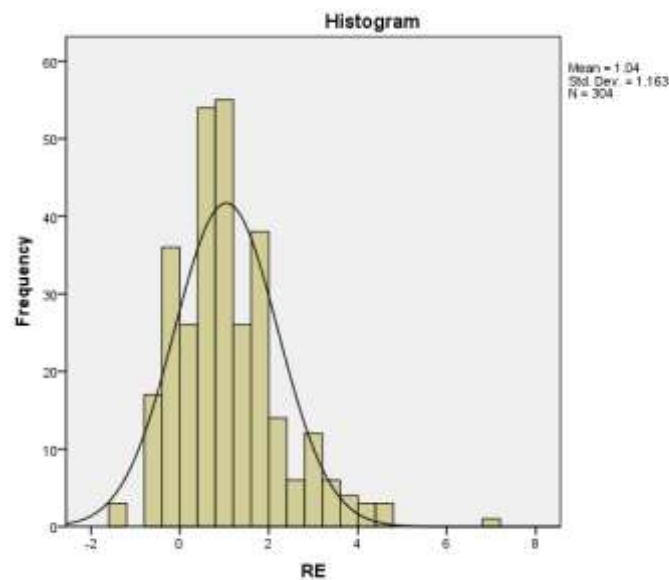
4.3.3. Data Statistika Deskriptif Regulasi Emosi

Pengukuran variabel keterlibatan ayah menggunakan alat ukur *Emotion Regulation Questionnaire* yang telah diadaptasi. Instrumen final keterlibatan ayah yang telah diadaptasi dan dilakukan uji coba terdapat 9 item dengan subjek penelitian sebanyak 304 orang remaja akhir. Uji coba dilakukan melalui Model Rasch dan pengukuran final dilakukan menggunakan SPSS 19.0 di dapat hasil sebagai berikut.

Tabel 4.11 Distribusi Deskriptif Data Regulasi Emosi

Pengukuran	Nilai
Mean	1,04
Median	0,85
Modus	0
Standar Deviasi	1,163
Varians	1,353
Nilai Minimum	-2
Nilai Maximum	7

Berdasarkan tabel 4.7. dapat dilihat bahwa variabel keterlibatan ayah memiliki mean 1,04, median 0,85, modus 0, standar deviasi 1,163, variance 1,353, nilai minimum -2 dan nilai maximum 7. Berikut grafik histogram untuk menggambarkan distribusi deskriptif data variabel regulasi emosi.



Gambar 4.5. Distribusi Deskriptif Data Regulasi Emosi

(Sumber dari SPSS Versi 19.0)

4.3.3.1. Kategorisasi Skor Regulasi Emosi

Kategori regulasi emosi terbagi menjadi dua kategori skor, yaitu kategori skor tinggi dan rendah. Kategorisasi skor didapat menggunakan menggunakan hasil mean perhitungan melalui SPSS Versi 19.0. Berikut penjelasan mengenai pembagian kategori skor variabel *psychological well being*.

Rendah, jika : $X < \text{Mean Logit}$

Tinggi, jika : $X \geq \text{Mean Logit}$

Tabel 4.12 Kategori Skor Regulasi Emosi

Keterangan	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 1,04 \text{ Logit}$	161	53%
Tinggi	$X \geq 1,04 \text{ Logit}$	143	47%
Total		304	100%

Berdasarkan tabel 4.6. dapat dilihat bahwa dari 304 orang remaja akhir yang menjadi subjek penelitian terdapat 143 orang subjek penelitian (47%) yang termasuk dalam kategori memiliki regulasi emosi yang tinggi dan terdapat 161 orang subjek penelitian (53%) yang termasuk dalam kategori memiliki regulasi emosi yang rendah.

4.3.1.2. Kategorisasi Skor Regulasi Emosi Berdasarkan Usia

Kategorisasi regulasi emosi pada remaja akhir berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel 4.13

Tabel 4.13 Kategorisasi Skor Regulasi Emosi Berdasarkan Usia

Usia	Regulasi Emosi		Total
	Rendah	Tinggi	
18	12	15	27
19	37	29	66

20	32	23	55
21	41	48	89
22	39	28	67
Total	161	143	304

Berdasarkan data pada tabel 4.13 dapat dilihat bahwa pada responden usia 18 tahun terdapat 12 orang yang memiliki regulasi emosi rendah dan 15 orang memiliki regulasi emosi tinggi, untuk responden usia 19 tahun terdapat 37 orang yang memiliki regulasi emosi rendah dan 29 orang yang memiliki regulasi emosi tinggi, usia 20 tahun terdapat 32 orang memiliki regulasi emosi rendah dan 23 orang memiliki regulasi emosi tinggi, usia 21 tahun sebanyak 41 orang memiliki regulasi emosi rendah dan 48 orang memiliki regulasi emosi tinggi, responden usia 22 tahun sebanyak 39 orang memiliki regulasi emosi rendah dan 28 orang memiliki regulasi emosi tinggi.

4.3.1.3. Kategorisasi Skor Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategorisasi regulasi emosi pada remaja akhir berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 4.14

Tabel 4.14 Kategorisasi Skor Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Regulasi Emosi		Total
	Rendah	Tinggi	
Laki-laki	27	9	36
Perempuan	134	134	268
Total	161	143	304

Berdasarkan data pada tabel 4.14 dapat dilihat bahwa responden berjenis kelamin laki-laki terdapat 27 orang memiliki regulasi emosi rendah dan 9 orang memiliki regulasi emosi tinggi, sementara responden berjeniskelamin perempuan

sebanyak 134 orang memiliki regulasi emosi rendah dan 134 orang memiliki regulasi emosi tinggi.

4.3.4. Uji Normalitas

Perhitungan uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan nilai residual dari ketiga variabel dan dilakukan dengan teknik non parametric test, one-sample K-S. Hasil uji normalitas variabel *psychological well being*, keterlibatan ayah dan regulasi emosidapat dilihat pada tabel 4.9.

Tabel 4.15 Uji Normalitas

Variabel	Nilai p	<i>Unstandardized</i>	α	Interpretasi
<i>Psychological Well Being</i>	0,116			Data
Keterlibatan Ayah	0,022	0,578	0,05	berdistribusi
Regulasi Emosi	0,002			normal

Berdasarkan tabel 4.9 dapat dilihat bahwa variabel *psychological well being*, keterlibatan ayah dan regulasi emosi memiliki nilai signifikansi (nilai p) secara bersama-sama lebih besar dibandingkan dengan taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$) yaitu $0,578 > 0,05$. Berdasarkan rumus Kolmogorov-Smirnov apabila nilai p lebih besar dari α maka data berdistribusi normal (Rangkuti & Wahyuni, 2017). Hal ini menunjukkan bahwa variabel *psychological well being*, keterlibatan ayah dan regulasi emosi secara bersama-sama berdistribusi normal.

Apabila dilihat berdasarkan masing-masing variabel, maka variabel *psychological well being* memiliki nilai signifikansi (nilai p) lebih besar dibandingkan dengan taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$) yaitu $0,116 > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa variabel *psychological well being* berdistribusi normal. Variabel keterlibatan ayah memiliki nilai signifikansi (nilai p) lebih kecil dibandingkan dengan

taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$) yaitu $0,022 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa variabel keterlibatan ayah tidak berdistribusi normal. Variabel regulasi emosi memiliki nilai signifikansi (nilai p) lebih kecil dibandingkan dengan taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$) yaitu $0,002 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa variabel regulasi emosi tidak berdistribusi normal.

Penulis juga menggunakan asumsi normalitas berdasarkan *Central Limit Theorem* yang dikemukakan oleh Laplace, yaitu sebuah teori yang menyatakan bahwa penelitian yang memiliki ukuran sampel 30 atau lebih akan memiliki semua sifat-sifat distribusi normal atau dianggap berdistribusi normal (Kencana, Pratama, Maulizar, Wicaksono, & Kurniawan, 2013). Dalam penelitian ini terdapat 304 orang subjek penelitian. Oleh karena itu variabel keterlibatan ayah dan regulasi emosi dianggap memiliki distribusi normal karena subjek yang digunakan dalam penelitian ini sejumlah 304 orang.

4.3.5. Uji Linieritas dan Multikolinieritas

Uji linieritas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan SPSS Versi 19.0. Asumsi linieritas harus terpenuhi terutama jika pengujian hipotesis menggunakan teknik analisis regresi linier berganda (Rangkuti, 2015). Ketiga variabel dikatakan linier apabila nilai signifikansi (nilai p) lebih kecil dari taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$).

Uji multikolinieritas bertujuan untuk melihat apakah setiap variabel bebas memiliki korelasi dengan variabel bebas lain di dalam suatu model regresi. Model regresi yang baik seharusnya antar variabel bebas tidak memiliki korelasi. Antar variabel bebas dianggap tidak terjadi multikolinieritas apabila nilai toleransi lebih besar dari 0,1 dan nilai VIF lebih kecil dari 10,0.

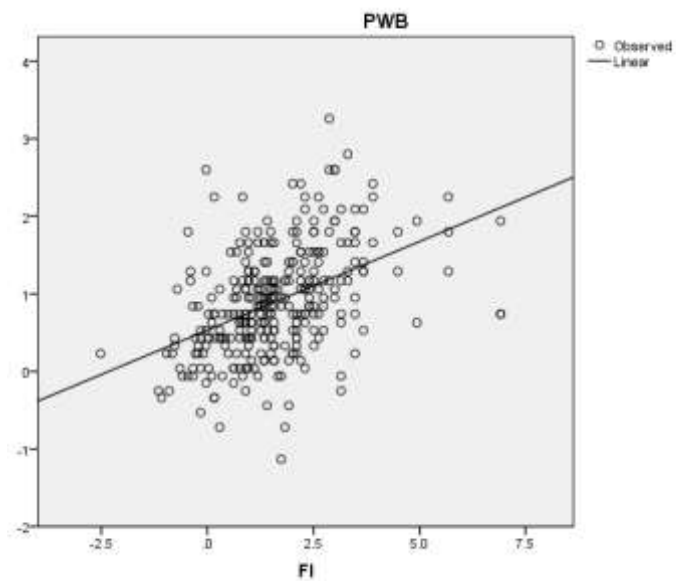
Perhitungan uji linieritas dan multikolinieritas dilakukan dengan menggunakan SPSS Versi 19.0. Linieritas antar variabel *psychological well being* dan keterlibatan ayah serta *psychological well being* dan regulasi emosi dapat dilihat pada

tabel 4.10 sementara Multikolinieritas antar variabel keterlibatan ayah dan regulasi emosi dapat dilihat pada tabel 4.11.

Tabel 4.16 Uji Linieritas

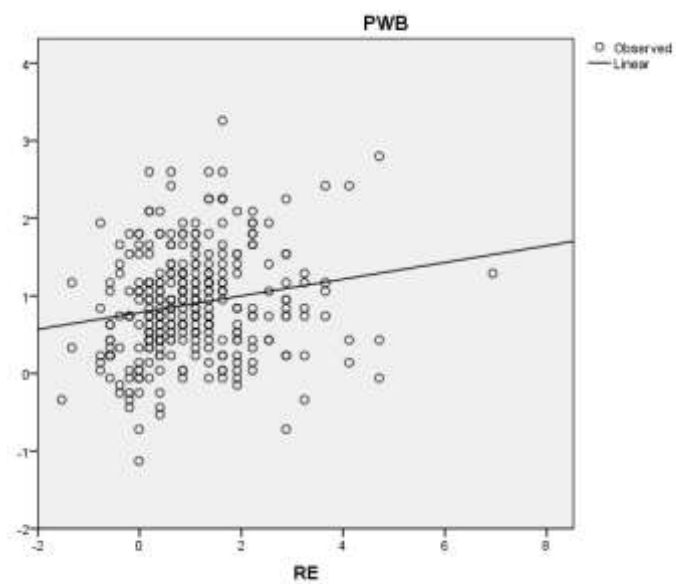
Variabel	P	A	Interpretasi
<i>Psychological Well Being</i> dan Keterlibatan Ayah	0,00	0,05	Linier
<i>Psychological Well Being</i> dan Regulasi Emosi	0,00	0,05	Linier

Berdasarkan tabel 4.10 dapat diketahui bahwa variabel *psychological well being* dan keterlibatan ayah memiliki signifikansi (nilai p) 0,00 serta variabel *psychological well being* dan regulasi emosi memiliki signifikansi (nilai p) 0,00. Artinya nilai $p < \alpha$ yaitu $0,00 < 0,05$ dan $0,00 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa variabel *psychological well being* dan keterlibatan ayah serta *psychological well being* dan regulasi emosi memiliki hubungan yang linier. Linieritas variabel dapat juga dilihat pada scatter plot dalam gambar 4.6 dan 4.7 dibawah ini.



Gambar 4.6. Scatter Plot Linieritas *Psychological Well Being* dan Keterlibatan Ayah

(Sumber dari SPSS Versi 19.0)



Gambar 4.7. Scatter Plot Linieritas *Psychological Well Being* dan Regulasi Emosi

(Sumber dari SPSS Versi 19.0)

Tabel 4.17 Uji Multikolinieritas

Variabel Independen	Tolerance	VIF	Interpretasi
Keterlibatan Ayah	0,974	1,026	Tidak Terjadi Multikolinieritas
Regulasi Emosi	0,974	1,026	Tidak Terjadi Multikolinieritas

Berdasarkan pada tabel 4.11 dapat diketahui bahwa variabel keterlibatan ayah dan regulasi emosi sama-sama memiliki nilai toleransi 0,974 yang artinya toleransi $> 0,1$ yaitu $0,974 > 0,1$. Variabel keterlibatan ayah dan regulasi emosi juga sama-sama memiliki nilai VIF 1,026 yang artinya $VIF < 10,0$ yaitu $1,026 < 10,0$. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak terjadi multikolinieritas pada antar variabel keterlibatan ayah dan regulasi emosi.

4.3.6. Uji Korelasi

Uji korelasi dilakukan dengan menggunakan bantuan *software* SPSS Versi 19.0. Dua variabel dianggap memiliki hubungan yang signifikan apabila nilai signifikansi (nilai p) lebih kecil dari taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$) atau $p < \alpha$. Hasil uji korelasi antara variabel *psychological well being* dan keterlibatan ayah dan *psychological well being* dan regulasi emosi dapat dilihat pada tabel 4.12.

Tabel 4.18 Uji Korelasi

Variabel	P	A	Interpretasi
<i>Psychological Well Being</i> dan Keterlibatan Ayah	0,00	0,05	Terdapat hubungan yang signifikan
<i>Psychological Well Being</i> dan Regulasi Emosi	0,00	0,05	Terdapat hubungan yang signifikan

Berdasarkan tabel 4.12. dapat diketahui bahwa variabel *psychological well being* dan keterlibatan ayah memiliki signifikansi (nilai p) 0,00 sementara dan variabel *psychological well being* dan regulasi emosi memiliki signifikansi (nilai p) 0,00. Artinya nilai $p < \alpha$ yaitu $0,00 < 0,05$ dan $0,00 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *psychological well being* dan keterlibatan ayah serta *psychological well being* dan regulasi emosi.

4.3.4. Uji Hipotesis

4.3.4.1. Uji Hipotesis Mayor

Hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah hipotesis (H_{a1}) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir.

Pengujian hipotesis dilakukan dengan analisis regresi linier berganda dua prediktor menggunakan SPSS Versi 19.0. Analisis regresi dilakukan untuk mengetahui tujuan-tujuan penelitian yang belum tercapai hanya dengan uji korelasi (Rangkuti & Wahyuni, 2017). Hasil analisis regresi linier berganda dapat dilihat pada tabel 4.13.

Tabel 4.19 Uji Signifikansi Keseluruhan

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Regression	30,973	2	15,486	39,673	0,00
Residual	117,497	301	0,390		
Total	148,470	303			

a. Predictors : (Constant), Keterlibatan Ayah, Regulasi Emosi

b. Dependent Variabel : *Psychological Well Being*

Uji regresi menghasilkan nilai F hitung sebesar 39,673 sedangkan F tabel untuk sampel berjumlah 304 orang dengan taraf signifikansi 0,05 adalah 3,025 dan nilai p sebesar 0,00. Artinya $F_{hitung} = 39,673 > F_{tabel} = 3,025$ dan $p = 0,00 < \alpha = 0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan variabel keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir. Hal tersebut dapat pula disimpulkan bahwa variabel keterlibatan ayah dan regulasi emosi secara simultan dapat digunakan untuk memprediksi *psychological well being*.

Tabel 4.20 Uji Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std Error of Estimate
1	0,457	0,209	0,203	0,625

a. Predictors : (Constant), Keterlibatan Ayah, Regulasi Emosi

Tabel 4.14 menggambarkan bagaimana keterlibatan ayah dan regulasi emosi bersama-sama dapat mempengaruhi *psychological well being*. Berdasarkan pada tabel tersebut dapat diketahui besar pengaruh (Adjusted R Square) variabel keterlibatan ayah dan regulasi emosi bersama-sama terhadap *psychological well being* sebesar 0,203. Hal tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dan regulasi emosi mempengaruhi *psychological well being* sebesar 20,3% dan sisanya 79,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

4.3.4.2. Uji Hipotesis Minor

Hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah hipotesis (H_{a2}) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* pada remaja akhir.

Pengujian hipotesis dilakukan dengan analisis regresi berganda menggunakan SPSS Versi 19.0. Analisis regresi dilakukan untuk mengetahui tujuan-tujuan

penelitian yang belum tercapai hanya dengan uji korelasi (Rangkuti & Wahyuni, 2017). Hasil analisis regresi berganda dapat dilihat pada tabel 4.15.

Tabel 4.21 Uji Signifikansi Keseluruhan

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Regression	29,192	1	29,192	73,911	0,00
Residual	119,278	302	0,395		
Total	148,470	303			

a. Predictors : (Constant), Keterlibatan Ayah

b. Dependent Variabel : *Psychological Well Being*

Uji regresi menghasilkan nilai F hitung sebesar 73,911 sedangkan F tabel untuk sampel berjumlah 304 orang dengan taraf signifikansi 0,05 adalah 3,87 dan nilai p sebesar 0,00. Artinya $F_{hitung} = 73,911 > F_{tabel} = 3,87$ dan $p = 0,00 < \alpha = 0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan variabel keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* pada remaja akhir. Hal tersebut dapat pula disimpulkan bahwa variabel keterlibatan ayah secara parsial dapat digunakan untuk memprediksi *psychological well being*.

Tabel 4.22 Uji Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std Error of Estimate
1	0,448	0,197	0,194	0,628

a. Predictors : (Constant), Keterlibatan Ayah

Tabel 4.15 menggambarkan bagaimana keterlibatan ayah dapat mempengaruhi *psychological well being*. Berdasarkan pada tabel tersebut dapat diketahui besar pengaruh (Adjusted R Square) variabel keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* sebesar 0,194. Hal tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dan regulasi

emosi mempengaruhi *psychological well being* sebesar 19,4% dan sisanya 80,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

4.3.4.3. Uji Hipotesis Minor

Hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah hipotesis (H_{a3}) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap

psychological well being pada remaja akhir.

Pengujian hipotesis dilakukan dengan analisis regresi berganda menggunakan SPSS Versi 19.0. Analisis regresi dilakukan untuk mengetahui tujuan-tujuan penelitian yang belum tercapai hanya dengan uji korelasi (Rangkuti & Wahyuni, 2017). Hasil analisis regresi berganda dapat dilihat pada tabel 4.17.

Tabel 4.23 Uji Signifikansi Keseluruhan

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Regression	4,755	1	4,755	9,992	0,00
Residual	143,715	302	0,476		
Total	148,470	303			

a. Predictors : (Constant), Regulasi Emosi

b. Dependent Variabel : *Psychological Well Being*

Uji regresi menghasilkan nilai F hitung sebesar 9,992 sedangkan F tabel untuk sampel berjumlah 304 orang dengan taraf signifikansi 0,05 adalah 3,87 dan nilai p sebesar 0,00. Artinya $F_{hitung} = 9,992 > F_{tabel} = 3,87$ dan $p = 0,00 < \alpha = 0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan variabel regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir. Hal tersebut dapat pula disimpulkan bahwa variabel regulasi emosi secara parsial dapat digunakan untuk memprediksi *psychological well being*.

Tabel 4.24 Uji Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std Error of Estimate
1	0,179	0,032	0,029	0,690

a. Predictors : (Constant), Keterlibatan Ayah

Tabel 4.15 menggambarkan bagaimana keterlibatan ayah dapat mempengaruhi *psychological well being*. Berdasarkan pada tabel tersebut dapat diketahui besar pengaruh (Adjusted R Square) variabel keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* sebesar 0,029. Hal tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dan regulasi emosi mempengaruhi *psychological well being* sebesar 2,9% dan sisanya 97,1% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Tabel 4.25 Uji Persamaan Regresi

Model	Unstandarized Coefficients		Standarized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Keterlibatan Ayah	0,219	0,027	0,426	8,195	0,00
Regulasi Emosi	0,067	0,031	0,111	2,136	0,03

a. Dependent Variabel : *Psychological Well Being*

Berdasarkan tabel 4.19 dapat diketahui bahwa konstanta variabel *psychological well being* sebesar 0,477 sedangkan koefisien regresi keterlibatan ayah dan regulasi emosi masing-masing sebesar 0,219 dan 0,067. Berdasarkan tabel coefficients diatas, maka dapat dibuat persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2$$

$$Psychological\ well\ being = 0,477 + 0,219\ keterlibatan\ ayah + 0,067\ regulasi\ emosi$$

Keterangan:

Y : Variabel yang diprediksi, yaitu *psychological well being*

a : Bilangan konstan

b1 : Koefisien prediktor 1, yaitu Keterlibatan Ayah

b2 : Koefisien prediktor 2, yaitu Regulasi Emosi

X1 : Prediktor 1, yaitu Keterlibatan Ayah

X2 : Prediktor 2, yaitu Regulasi Emosi

Berdasarkan persamaan regresi diatas, dapat disimpulkan bahwa terjadi hubungan yang positif signifikan antara keterlibatan ayah dan regulasi emosi dengan *psychological well being*. Koefisien regresi keterlibatan ayah sebesar 0,219 yang artinya jika keterlibatan ayah mengalami kenaikan satu maka *psychological well being* akan mengalami kenaikan 0,219. Koefisien regresi regulasi emosi sebesar 0,067 yang artinya jika regulasi emosi mengalami kenaikan satu maka *psychological well being* akan mengalami kenaikan 0,067.

4.4. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari analisis regresi menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak, yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* remaja akhir sebanyak 20,3%, sedangkan 79,7% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Analisis regresi juga dilakukan untuk menganalisis pengaruh keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* serta pengaruh regulasi emosi terhadap *psychological well being*. Perhitungan yang didapat dari hasil analisis regresi variabel keterlibatan ayah dan *psychological well being* menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak, yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* remaja akhir sebanyak 19,4% dan sisanya 80,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Perhitungan yang didapat dari hasil analisis regresi variabel regulasi emosi dan *psychological well being* juga menunjukkan bahwa H_a

diterima dan *Ho* ditolak, yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan regulasi emosi terhadap *psychological well being* remaja akhir sebanyak 2,9% dan sisanya 97,1% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Ryff (1989) yang mengungkapkan bahwa kontak sosial dan aktivitas-aktivitas sosial yang dilakukan salah satunya dengan ayah, merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well being*. Ryff (1989) juga mengungkapkan bahwa orang yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai emosinya akan menunjukkan kesadaran diri yang mempengaruhi *psychological well being*.

Subjek penelitian ini berjumlah 304 orang remaja akhir usia 18 sampai 22 tahun. Terdapat 144 orang subjek penelitian (47,4%) yang termasuk dalam kategori memiliki *psychological well being* yang tinggi dan terdapat 160 orang subjek penelitian (52,6%) yang termasuk dalam kategori memiliki *psychological well being* yang rendah. Untuk kategori keterlibatan ayah terdapat 128 orang subjek penelitian (42,1%) yang termasuk dalam kategori memiliki keterlibatan ayah yang tinggi dan terdapat 176 orang subjek penelitian (57,9%) yang termasuk dalam kategori memiliki keterlibatan ayah yang rendah. Sementara kategori regulasi emosi terdapat 143 orang subjek penelitian (47%) yang termasuk dalam kategori memiliki regulasi emosi yang tinggi dan terdapat 161 orang subjek penelitian (53%) yang termasuk dalam kategori memiliki regulasi emosi yang rendah. Hasil persentase tersebut menunjukkan bahwa subjek penelitian memiliki *psychological well being*, keterlibatan ayah dan regulasi emosi yang termasuk dalam kategori rendah.

Hasil penelitian ini juga mengungkapkan bahwa keterlibatan ayah dan regulasi emosi memiliki hubungan yang positif dengan *psychological well being*. Hal ini sesuai dengan teori yang diungkapkan oleh Allen dan Daly (2007) mengenai dampak dari keterlibatan ayah dalam perkembangan emosional dan *well being* yang menyatakan bahwa anak yang memiliki keterlibatan ayah yang baik cenderung memiliki kepuasan hidup yang tinggi, berkurangnya depresi, emosional distress, gejala kecemasan, neurotik, dan ekspresi emosi negatif. Hasil penelitian ini juga

mendukung teori yang diungkapkan oleh Reiss dan Patrick (1996), regulasi emosi yang ditampilkan oleh individu dapat menentukan kesejahteraan emosi dalam setiap interaksi sosial.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan studi-studi terdahulu mengenai pengaruh keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* dan juga pengaruh regulasi emosi terhadap *psychological well being*. Allgood, Beckert dan Peterson (2012) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa adanya hubungan yang positif antara keterlibatan ayah dan *psychological well being* remaja, artinya semakin besar keterlibatan ayah maka akan semakin tinggi tingkat *psychological well being* remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Shayghi dan Fallahchai (2017) mengenai hubungan antara stress, regulasi emosi dan *psychological well being* suster di kota Rudan mengungkapkan bahwa, terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan *psychological well being*.

Berdasarkan hasil analisis dapat disimpulkan bahwa penelitian ini sesuai dengan teori dan juga studi-studi terdahulu, bahwa keterlibatan ayah dan regulasi emosi dapat mempengaruhi *psychological well being*. Semakin tinggi keterlibatan ayah dan regulasi emosi seseorang maka akan semakin tinggi pula *psychological well beingnya*.

4.5. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah responden dalam penelitian ini kurang mewakili populasi karena hanya diambil remaja akhir yang berada dalam lingkungan pendidikan, berdomisili di DKI Jakarta, tinggal bersama kedua orang tua yang utuh atau tidak bercerai.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah diperoleh dalam penelitian ini, hasil pengujian dari pengaruh Keterlibatan Ayah dan Regulasi Emosi terhadap *Psychological Well Being* remaja akhir adalah sebagai berikut :

5.1.1. Kesimpulan Hipotesis Major

Terdapat pengaruh yang signifikan antara keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir. Pengaruh yang dihasilkan bersifat positif yang artinya semakin tinggi keterlibatan ayah dan regulasi emosi yang dimiliki remaja akhir maka semakin tinggi pula *psychological well being*. Pengaruh keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* sebesar 20,3% sedangkan 79,7% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

5.1.2. Kesimpulan Hipotesis Minor

Terdapat pengaruh yang signifikan keterlibatan ayah terhadap *psychological well being* pada remaja akhir. Pengaruh yang dihasilkan bersifat positif yang artinya semakin tinggi keterlibatan ayah yang dimiliki remaja akhir maka semakin tinggi pula *psychological well being*. Pengaruh keterlibatan ayah dan regulasi emosi terhadap *psychological well being* sebesar 19,4% sedangkan 80,6% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

5.1.3. Kesimpulan Hipotesis Minor

Terdapat pengaruh yang signifikan regulasi emosi terhadap *psychological well being* pada remaja akhir. Pengaruh yang dihasilkan bersifat positif yang artinya semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki remaja akhir maka semakin tinggi pula *psychological well being*. Pengaruh regulasi emosi terhadap *psychological well being* sebesar 2,9% sedangkan 97,1% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

5.2. Implikasi

Berdasarkan pada hasil penelitian ini diketahui bahwa remaja akhir masih memiliki keterlibatan ayah yang rendah dan masih belum mampu meregulasi emosinya, hal ini berdampak pula pada rendahnya *psychological well being* mereka yang dapat menyebabkan perkembangan psikologis mereka terganggu. Rendahnya *psychological well being* juga dapat menimbulkan ketidakpuasan dalam hidup, kemungkinan mengalami depresi, emosional distress, dan kecemasan. Dampak lain dari rendahnya *psychological well being* bagi remaja adalah buruknya kemampuan memecahkan masalah dan beradaptasi, tidak senang bersosialisasi, tidak terampil, dan kurang memiliki ide kreatif.

5.3. Saran

5.3.1. Saran Bagi Remaja

Saran yang diajukan penulis untuk remaja adalah diharapkan untuk dapat mengelola emosinya dengan baik dan dapat menemukan strategi pengelolaan emosi yang tepat sehingga dapat berpengaruh pada *psychological well being* remaja yang dapat meminimalisir kemungkinan remaja untuk melakukan tindakan-tindakan yang menyimpang dari nilai dan norma.

5.3.1. Saran Bagi Orangtua

Saran yang diajukan penulis untuk orangtua terutama ayah adalah diharapkan untuk dapat lebih terlibat dalam kehidupan anaknya baik secara kognisi, afeksi perilaku dan juga etika sehingga dapat meningkatkan *psychological well being* anak yang dapat meminimalisir kemungkinan remaja untuk melakukan tindakan-tindakan yang menyimpang dari nilai dan norma.

5.3.1. Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran yang penulis ajukan untuk peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian serupa adalah:

- a. Melakukan penelitian terkait faktor-faktor lain yang mempengaruhi *psychological well being*, seperti dukungan sosial, kecerdasan emosi, tipe kepribadian dan *coping stress*.
- b. Melakukan penelitian mengenai keterlibatan ayah tidak hanya dari perspektif anak namun juga dari perspektif ayah
- c. Memasukkan sampel remaja akhir yang kedua orangtuanya sudah bercerai atau meninggal dan tidak tinggal bersama kedua orangtuanya sebagai pembanding.

DAFTAR PUSTAKA

- Allen, S., & Daly, K. (2007). *The Effects Of Father Involvement : An Updated Summary Of The Evidence*. Canada: University Of Guelph.
- Allen, S. M., & Hawkins, A. J. (1999). Maternal Gatekeeping : Mothers's Beliefs And Behaviors That Inhibit Greater Father Involvement In Family Work. *Journal Of Marriage And Family*, 61(1), 199–212.
- Allgood, S. M., Beckert, T. E., & Peterson, C. (2012). The Role Of Father Involvement In The Perceived Psychological Well-Being Of Young Adult Daughters : A Retrospective Study. *North American Journal Of Psychology*, 14(1), 95–110.
- Badan Pusat Statistik DKI Jakarta. (2017). Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur Dan Jenis Kelamin Di Provinsi DKI Jakarta 2017. Retrieved March 25, 2018, From [Http://Jakarta.Bps.Go.Id](http://Jakarta.Bps.Go.Id)
- Bambang, S., & Widhiarso, W. (2014). *Aplikasi Model Rasch Untuk Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial (Edisi Revisi)*. Cimahi: Trim Komunikata Publishing House.
- Bassal, C., Czellar, J., Kaiser, S., & Dan-Glauser, E. S. (2015). Relationship Between Emotions , Emotion Regulation , And Well-Being Of Professional Caregivers Of People With Dementia. *Research On Aging*, 1–27. <https://doi.org/10.1177/0164027515591629>
- Batubara, J. R. L. (2010). Adolescent Development. *Sari Pediatri*, 12(1), 21–29.
- Bradburn, N. M. (1969). *The Structure Of Psychological Well-Being*. Chicago: ALDINE Publishing Company.
- Carr, A. (2011). *Positive Psychology The Science Of Happiness And Human Strengths* (2nd Ed.). New York: Routledge.

- Cripps, K., & Zyromski, B. (2009). Adolescents' Psychological Well-Being And Perceived Parental Involvement: Implications For Parental Involvement In Middle Schools. *RMLE Online*, 33(4), 1–13. <https://doi.org/10.1080/19404476.2009.11462067>
- Delgado, A., Douglas, G., & Langhals, N. (2016). Relationship Among Motivation, Emotion Regulation, And Psychological Well-Being Of Sophomore And Senior Level Nursing Students. *Honors Research Projects*, 229.
- Finley, G. E., Mira, S. D., & Schwartz, S. J. (2008). Perceived Paternal And Maternal Involvement: Factor Structures, Mean Differences, And Parental Roles. *Fathering*, 6(1), 62–82. <https://doi.org/10.3149/Fth.0601.62>
- Gross, J. J. (2002). Emotion Regulation: Affective, Cognitive, And Social Consequences. *Psychophysiology*, 39, 281–291. <https://doi.org/10.1017.S0048577201393198>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual Differences In Two Emotion Regulation Processes: Implications For Affect, Relationships, And Well-Being. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Hawkins, A. J., Bradford, K. P., Palkovitz, R., Christiansen, S. L., Day, R. D., & Call, V. R. A. (2002). The Inventory Of Father Involvement: A Pilot Study Of A New Measure Of Father Involvement. *The Journal Of Men's Studies*, 10(2), 183–196.
- Herlina. (2013). Bibliotherapy: Mengatasi Masalah Anak Dan Remaja Melalui Buku. In *Bibliotherapy: Mengatasi Masalah Anak Dan Remaja Melalui Buku*. Bandung: Pustaka Cendekia Utama.
- Hutapea, B. (2011). Emotional Intelligence Dan Psychological Well-Being Pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi Berbasis Keagamaan Di Jakarta. *Insan*, 13(2), 64–73.

- Kencana, N., Pratama, I. G. N. P., Maulizar, R., Wicaksono, M. E., & Kurniawan, A. D. (2013). *Sejarah Perkembangan Teorema Limit Pusat “ Pierre-Simon, Marquis De Laplace .”* Yogyakarta.
- Lamb, M. E. (2010). *The Role Of The Father In Child Development* (5th Ed.). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Lamb, M. E., & Lewis, C. (2010). The Development And Significance Of Father–Child Relationships In Two-Parent Families. In *The Role Of The Father In Child Development* (5th Ed., Pp. 94–153). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Nurhayani. (2014). Peran Figur Ayah Dan Ibu Dalam Membentuk Kemampuan Pengendalian Emosi Pada Anak. *Jurnal Tarbiyah*, 21(1), 149–174.
- Poegoeh, D. P., & Hamidah. (2016). Peran Dukungan Sosial Dan Regulasi Emosi Terhadap Resiliensi Keluarga Penderita Skizofrenia. *INSAN*, 1(1), 12–21.
- Purwindarini, S. S., Hendriyani, R., & Deliana, S. M. (2014). Pengaruh Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Terhadap Prestasi Belajar Anak Usia Sekolah. *Developmental And Clinical Psychology*, 3(1), 59–65.
- Rangkuti, A. A. (2015). *Statistika Parametrik Dan Non Parametrik Untuk Psikologi Dan Pendidikan* (1st Ed.). Jakarta: FIP Press.
- Rangkuti, A. A., & Herningtyas, A. H. (2016). Keterlibatan Ayah Dan Kecenderungan Menjadi Korban Kekerasan Dalam Konflik Berpacaran Remaja Perempuan. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.21009/JPPP.051.01>
- Rangkuti, A. A., & Wahyuni, L. D. (2017). *Modul Analisis Data Penelitian Kuantitatif Berbasis Classical Test Theory Dan Item Response Theory (Rasch Model)*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything , Or Is It ? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being. *Journal Of Personality And Social Psychology*,

57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure Of Psychological Well-Being Revisited. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 69(4), 719–727.

Sangadji, E. M., & Sopiah. (2010). *Metodologi Penelitian - Pendekatan Praktis Dalam Penelitian*. (Oktaviani, Ed.) (1st Ed.). Yogyakarta: Andi.

Santrock, J. W. (2003). *Adolescences*. (W. C. Kristiaji & Y. Sumiharti, Eds.) (6th Ed.). Jakarta: Erlangga.

Santrock, J. W. (2014). *Adolescence* (5th Ed.). New York: Mcgraw-Hill Education.

Septiani, D., & Nasution, I. N. (2017). Perkembangan Regulasi Emosi Anak Dilihat Dari Peran Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan. *Psychopolytan*, 1(1), 23–30.

Shayghi, N., & Fallahchai, R. (2017). Relationship Between Perceived Stress, Emotion Regulation And Psychological Well-Being Of Nurses In Rudan City. *Advances In Bioresearch*, 8(3), 1–5. <https://doi.org/10.15515/Abr.0976-4585.8.3.15>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Uji Validitas dan Reliabilitas *Psychological Well Being*

TABLE 10.1 Psychological Well Being ZOU632MS.TXT Jun 23 19:22 2018
 INPUT: 47 Person 18 Item REPORTED: 47 Person 18 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73

Person: REAL SEP.: 1.28 REL.: .62 ... Item: REAL SEP.: 3.45 REL.: .92

Item STATISTICS: MISFIT ORDER

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL S. E.	INFIT MNSQ	INFIT ZSTD	OUTFIT MNSQ	OUTFIT ZSTD	PT-MEASURE CORR.	EXP.	EXACT MATCH OBS%	EXACT MATCH EXP%	Item
17	166	47	.27	.16	1.74	3.3	1.78	3.4	.10	.43	36.2	39.9	Item17
1	123	47	1.25	.15	1.57	2.8	1.70	3.2	.14	.45	34.0	36.8	Item1
11	190	47	-.48	.18	1.54	2.2	1.60	2.4	.48	.37	44.7	46.7	Item11
5	203	47	-.88	.21	1.43	1.7	1.50	1.9	.20	.33	38.3	49.7	Item5
18	132	47	1.04	.15	1.14	.8	1.24	1.3	.13	.45	31.9	36.3	Item18
3	208	47	-1.11	.22	1.09	.5	.92	-.3	.52	.31	61.7	52.5	Item3
15	189	47	-.37	.18	1.07	.4	1.07	.4	.38	.38	51.1	46.7	Item15
8	185	47	-.24	.17	1.03	.2	1.00	.1	.45	.39	48.4	44.5	Item8
9	210	47	-1.21	.23	1.01	.1	.88	-.4	.49	.30	55.3	54.9	Item9
16	185	47	-.24	.17	.94	-.2	.91	-.4	.52	.39	46.8	44.5	Item16
12	166	47	.27	.16	.84	-.9	.91	-.4	.55	.43	42.6	39.9	Item12
10	169	47	.19	.16	.82	-.9	.85	-.7	.39	.42	44.7	40.1	Item10
13	141	47	.84	.15	.79	-1.2	.84	-.9	.41	.45	34.0	36.1	Item13
6	161	47	.39	.15	.83	-.9	.81	-1.0	.53	.43	55.3	38.2	Item6
4	178	47	-.84	.17	.82	-.9	.80	-1.0	.47	.40	48.9	42.5	Item4
7	162	47	.36	.15	.72	-1.6	.76	-1.3	.40	.43	40.4	38.2	Item7
14	163	47	.34	.15	.56	-2.8	.57	-2.6	.73	.43	48.9	38.9	Item14
2	192	47	-.46	.18	.53	-2.5	.50	-2.7	.57	.37	70.2	48.0	Item2
MEAN	173.5	47.0	.00	.17	1.03	.0	1.03	.0			45.9	43.0	
S. D.	24.0	.0	.67	.02	.34	1.7	.36	1.7			9.9	5.6	

TABLE 3.1 Psychological Well Being ZOU632MS.TXT Jun 23 19:22 2018
 INPUT: 47 Person 18 Item REPORTED: 47 Person 18 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73

SUMMARY OF 47 MEASURED Person

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT MNSQ	INFIT ZSTD	OUTFIT MNSQ	OUTFIT ZSTD
MEAN	66.4	18.0	.02	.28	1.04	-.3	1.03	-.3
S. D.	6.9	.0	.52	.03	.84	2.1	.90	2.1
MAX.	79.0	18.0	1.90	.35	5.09	7.4	5.64	7.9
MIN.	50.0	18.0	-.26	.25	.30	-3.0	.29	-3.0
REAL RMSE	.32	TRUE SD	.41	SEPARATION	1.28	Person RELIABILITY	.62	
MODEL RMSE	.28	TRUE SD	.44	SEPARATION	1.58	Person RELIABILITY	.71	
S. E. OF Person MEAN	= .08							

Person RAM SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = .99

CRONBACH ALPHA (KR-20) Person RAM SCORE "TEST" RELIABILITY = .70

SUMMARY OF 18 MEASURED Item

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT MNSQ	INFIT ZSTD	OUTFIT MNSQ	OUTFIT ZSTD
MEAN	173.5	47.0	.00	.17	1.03	.0	1.03	.0
S. D.	24.0	.0	.67	.02	.34	1.7	.36	1.7
MAX.	210.0	47.0	1.25	.23	1.74	3.3	1.78	3.4
MIN.	123.0	47.0	-1.21	.15	.53	-2.8	.50	-2.7
REAL RMSE	.19	TRUE SD	.64	SEPARATION	3.45	Item RELIABILITY	.92	
MODEL RMSE	.17	TRUE SD	.64	SEPARATION	3.71	Item RELIABILITY	.93	
S. E. OF Item MEAN	= .16							

TABLE 1.0 Psychological Well Being Z00632MS.TXT Jun 23 19:22 2018
 INPUT: 47 Person 18 Item REPORTED: 47 Person 18 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73

```

Person - MAP - Item
<more>|<raw>
2
    03 45 T |
    28
    02 05 30 |
    36
    46 5 T |
    17 33 | ites1
    37
1 07 08 21 23 26 32 39 + ites18
  10 14 22 25 35 40 43 M | ites13
    24 27 42
    11 12 38 44 | S
    01 16 20 47
    13 | ites14 ites6 ites7
    06 09 18 29 41 S | ites10 ites12 ites17
    34
0
    15 19 31 +M ites4
    04 T | ites16 ites8
    | ites11 ites15
    | ites2
    | S
    |
    | ites5
-1
    +
    | ites3
    | ites9
    | T
    |
  
```

TABLE 23.0 Psychological Well Being ZOU596WS.TXT Jul 21 13:52 2018
 INPUT: 47 Person 18 Item REPORTED: 47 Person 18 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73

Table of STANDARDIZED RESIDUAL variance (in Eigenvalue units)

		-- Empirical --		Modeled
Total raw variance in observations	=	27.4	100.0%	100.0%
Raw variance explained by measures	=	9.4	34.4%	35.6%
Raw variance explained by persons	=	2.2	8.1%	8.3%
Raw Variance explained by items	=	7.2	26.4%	27.3%
Raw unexplained variance (total)	=	18.0	65.6%	100.0%
Unexplned variance in 1st contrast	=	4.5	16.6%	25.2%
Unexplned variance in 2nd contrast	=	2.0	7.3%	11.1%
Unexplned variance in 3rd contrast	=	1.8	6.4%	9.8%
Unexplned variance in 4th contrast	=	1.4	5.2%	7.9%
Unexplned variance in 5th contrast	=	1.3	4.6%	7.1%

Lampiran 2. Uji Validitas dan Reliabilitas Keterlibatan Ayah

Item STATISTICS: MISFIT ORDER

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL S.E.	INFIT MNSQ	INFIT ZSTD	OUTFIT MNSQ	OUTFIT ZSTD	PT-MEASURE CORR.	EXP.	EXACT MATCH OBSV	EXACT MATCH EXPN	Item	
2	165	47	.61	.17	1.70	2.9	1.95	3.5	A	.40	.64	27.7	45.5	item2
21	161	47	.73	.17	1.39	1.8	1.90	3.4	B	.49	.65	34.0	44.7	item21
17	137	47	1.39	.16	1.74	3.2	1.86	3.4	C	.47	.68	27.7	41.2	item17
26	187	47	-1.18	.19	1.44	1.8	1.75	2.5	D	.45	.59	46.8	58.9	item26
3	212	47	-1.26	.25	1.50	1.8	1.07	.3	E	.43	.48	61.7	63.4	item3
6	205	47	-.87	.22	1.36	1.4	1.43	1.3	F	.41	.52	61.7	58.5	item6
11	206	47	-.92	.23	1.34	1.4	.95	-.1	G	.57	.51	66.0	59.4	item11
1	149	47	1.07	.17	1.22	1.1	1.26	1.2	H	.63	.67	36.2	41.9	item1
7	198	47	-.54	.21	1.23	1.0	.96	.0	I	.50	.55	48.9	53.2	item7
18	189	47	-.18	.19	.85	-.6	1.14	-.6	J	.56	.58	61.7	51.1	item18
19	201	47	-.67	.21	1.14	-.6	1.03	-.2	K	.60	.54	53.2	54.6	item19
12	186	47	-.87	.19	.84	-.7	1.09	-.4	L	.55	.59	55.3	50.1	item12
16	193	47	-.33	.20	1.07	-.4	1.02	-.2	M	.66	.57	44.7	51.8	item16
9	203	47	-.77	.22	1.06	-.3	.88	-.3	N	.51	.53	59.6	55.3	item9
24	150	47	1.04	.17	.97	-.1	.94	-.2	O	.74	.67	34.0	42.2	item24
4	190	47	-.22	.20	.82	-.8	.78	-.8	P	.63	.58	53.2	51.1	item4
23	177	47	-.24	.18	.79	-.1	.81	-.8	Q	.71	.62	53.2	47.9	item23
10	167	47	.55	.17	.77	-.1	.72	-.1	R	.71	.64	63.8	46.4	item10
20	197	47	-.50	.21	.69	-.1	.76	-.8	S	.61	.55	63.8	53.2	item20
5	188	47	-.14	.19	.74	-.1	.63	-.1	T	.63	.59	70.2	51.8	item5
14	173	47	.37	.18	.69	-.1	.69	-.1	U	.72	.63	61.7	47.4	item14
22	186	47	-.07	.19	.68	-.1	.61	-.1	V	.69	.59	61.7	50.1	item22
15	175	47	.31	.18	.64	-.1	.66	-.1	W	.69	.62	68.1	47.7	item15
8	188	47	-.14	.19	.64	-.1	.60	-.1	X	.69	.59	59.6	51.0	item8
25	169	47	.49	.17	.57	-.2	.57	-.2	Y	.76	.63	59.6	45.9	item25
13	185	47	-.03	.19	.52	-.2	.48	-.2	Z	.74	.59	70.2	50.0	item13
MEAN	182.2	47.0	.88	.19	1.02	-.8	1.02	.0				54.0	50.2	
S.D.	18.7	.0	.65	.02	.35	1.6	.42	1.7				12.6	5.2	

TABLE 3.1 Keterlibatan Ayah ZOU828NS.TXT Jun 23 19:44 2018
 INPUT: 47 Person 26 Item REPORTED: 47 Person 26 Item 5 CATS MINSTEPS 3.73

SUMMARY OF 47 MEASURED Person

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT MNSQ	INFIT ZSTD	OUTFIT MNSQ	OUTFIT ZSTD
MEAN	180.8	26.0	1.24	.28	1.07	-.1	1.02	-.2
S.D.	16.5	.0	1.16	.12	.65	2.2	.61	2.0
MAX.	129.0	26.0	5.15	1.01	3.22	5.5	3.11	4.8
MIN.	50.0	26.0	-1.39	.21	.24	-3.8	-.25	-3.8
REAL RMSE	.35	TRUE SD	1.11	SEPARATION	3.17	Person RELIABILITY	.91	
MODEL RMSE	.31	TRUE SD	1.12	SEPARATION	3.62	Person RELIABILITY	.93	
S.E. OF Person MEAN	= .17							

Person RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = .94
 CROMBACH ALPHA (KR-20) Person RAW SCORE "TEST" RELIABILITY = .94

SUMMARY OF 26 MEASURED Item

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT MNSQ	INFIT ZSTD	OUTFIT MNSQ	OUTFIT ZSTD
MEAN	182.2	47.0	.88	.19	1.02	.0	1.02	.0
S.D.	18.7	.0	.65	.02	.35	1.6	.42	1.7
MAX.	212.0	47.0	1.39	.25	1.74	3.2	1.95	3.5
MIN.	137.0	47.0	-1.26	.16	.52	-2.6	.48	-2.5
REAL RMSE	.21	TRUE SD	.61	SEPARATION	2.93	Item RELIABILITY	.90	
MODEL RMSE	.19	TRUE SD	.62	SEPARATION	3.19	Item RELIABILITY	.91	
S.E. OF Item MEAN	= .13							

LMEAN=.0000 USCALE=1.0000

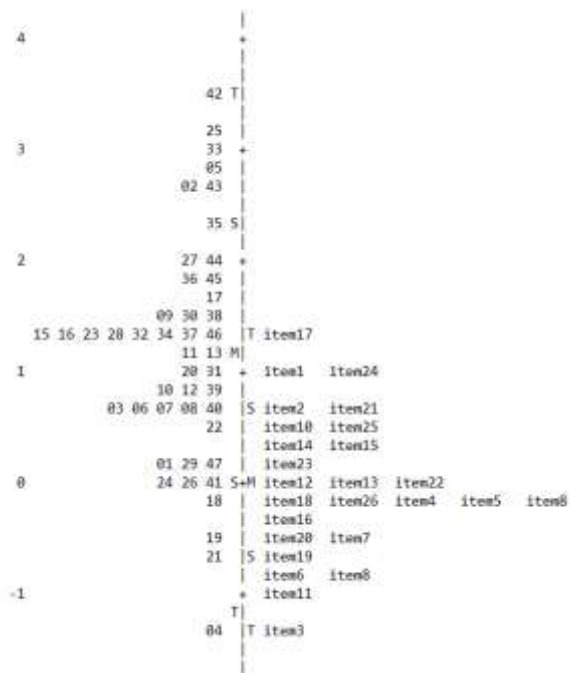


TABLE 23.0 Keterlibatan Ayah ZOU230WS.TXT Jul 21 14:06 2018
 INPUT: 47 Person 26 Item REPORTED: 47 Person 26 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73

Table of STANDARDIZED RESIDUAL variance (in Eigenvalue units)

		-- Empirical --	Modeled
Total raw variance in observations	=	50.7 100.0%	100.0%
Raw variance explained by measures	=	24.7 48.7%	49.4%
Raw variance explained by persons	=	11.9 23.4%	23.8%
Raw Variance explained by items	=	12.8 25.2%	25.6%
Raw unexplained variance (total)	=	26.0 51.3% 100.0%	50.6%
Unexplnd variance in 1st contrast	=	4.8 9.6%	18.6%
Unexplnd variance in 2nd contrast	=	2.6 5.2%	10.2%
Unexplnd variance in 3rd contrast	=	2.5 4.9%	9.5%
Unexplnd variance in 4th contrast	=	2.3 4.4%	8.7%
Unexplnd variance in 5th contrast	=	1.8 3.5%	6.8%

Lampiran 3. Uji Validitas dan Reliabilitas Regulasi Emosi

TABLE 10.1 Regulasi Emosi ZOU255WS.TXT Jun 23 19:06 2018
 INPUT: 47 Person 10 Item REPORTED: 47 Person 10 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73

Person: REAL SEP.: 2.40 REL.: .85 ... Item: REAL SEP.: 2.97 REL.: .90

Item STATISTICS: MISFIT ORDER

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL S.E.	INFIT		OUTFIT		PT-MEASURE		EXACT MATCH		Item
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	CORR.	EXP.	OBS%	EXP%	
2	164	47	.36	.19	1.54	2.4	1.60	2.6	A .51	.65	39.1	48.4	item2
4	142	47	1.13	.18	1.25	1.3	1.42	2.0	B .51	.63	28.3	43.1	item4
1	187	47	-.62	.23	1.30	1.3	1.21	.9	C .64	.67	58.7	61.3	item1
6	146	47	.99	.18	1.24	1.3	1.22	1.1	D .63	.63	34.8	42.8	item6
9	153	47	.75	.19	1.02	.2	1.02	.1	E .63	.64	47.8	42.3	item9
7	184	47	-.47	.22	.93	-.2	.89	-.4	e .73	.67	54.3	58.8	item7
5	188	47	-.67	.23	.78	-.9	.77	-1.0	d .68	.68	65.2	61.5	item5
10	183	47	-.42	.22	.62	-1.8	.65	-1.7	c .76	.67	67.4	58.6	item10
3	188	47	-.67	.23	.62	-1.8	.61	-1.9	b .82	.68	69.6	61.5	item3
8	182	47	-.38	.22	.50	-2.7	.54	-2.4	a .77	.67	73.9	57.9	item8
MEAN	171.7	47.0	.00	.21	.98	-.1	.99	.0			53.9	53.6	
S.D.	17.6	.0	.69	.02	.33	1.6	.34	1.6			15.0	8.0	

SUMMARY OF 47 MEASURED (EXTREME AND NON-EXTREME) Person

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT		OUTFIT	
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	36.5	10.0	1.05	.49				
S.D.	6.4	.0	1.53	.22				
MAX.	47.0	10.0	3.80	1.85				
MIN.	10.0	10.0	-6.15	.38	.05	-4.1	.04	-3.9
REAL RMSE	.59	TRUE SD	1.41	SEPARATION	2.40	Person	RELIABILITY	.85
MODEL RMSE	.53	TRUE SD	1.44	SEPARATION	2.69	Person	RELIABILITY	.88
S.E. OF Person MEAN = .23								

Person RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = .98
 CRONBACH ALPHA (KR-20) Person RAW SCORE "TEST" RELIABILITY = .86

SUMMARY OF 10 MEASURED (NON-EXTREME) Item

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT		OUTFIT	
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	171.7	47.0	.00	.21	.98	-.1	.99	.0
S.D.	17.6	.0	.69	.02	.33	1.6	.34	1.6
MAX.	188.0	47.0	1.13	.23	1.54	2.4	1.60	2.6
MIN.	142.0	47.0	-.67	.18	.50	-2.7	.54	-2.4
REAL RMSE	.22	TRUE SD	.66	SEPARATION	2.97	Item	RELIABILITY	.90
MODEL RMSE	.21	TRUE SD	.66	SEPARATION	3.16	Item	RELIABILITY	.91
S.E. OF Item MEAN = .23								

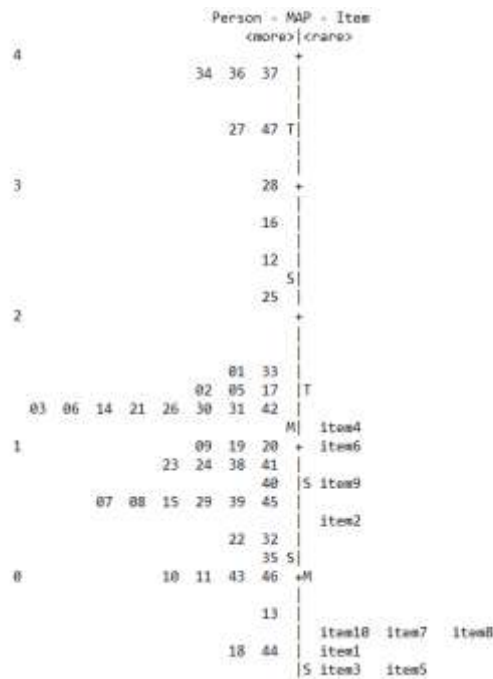


TABLE 23.0 Regulasi Emosi ZOU974WS.TXT Jul 21 14:02 2018
 INPUT: 47 Person 10 Item REPORTED: 47 Person 10 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73

Table of STANDARDIZED RESIDUAL variance (in Eigenvalue units)

	-- Empirical --		Modeled
Total raw variance in observations =	17.8	100.0%	100.0%
Raw variance explained by measures =	7.8	43.8%	44.7%
Raw variance explained by persons =	3.4	19.2%	19.6%
Raw Variance explained by items =	4.4	24.7%	25.2%
Raw unexplained variance (total) =	10.0	56.2%	100.0%
Unexplned variance in 1st contrast =	3.2	18.2%	32.4%
Unexplned variance in 2nd contrast =	1.4	8.0%	14.2%
Unexplned variance in 3rd contrast =	1.3	7.4%	13.2%
Unexplned variance in 4th contrast =	1.2	6.7%	11.9%
Unexplned variance in 5th contrast =	.9	5.3%	9.4%

Lampiran 4. Analisis Data Statistik SPSS

Data Gambaran Subjek Penelitian

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	36	11.8	11.8	11.8
	2	268	88.2	88.2	100.0
	Total	304	100.0	100.0	

Usia Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	27	8.9	8.9	8.9
	2	66	21.7	21.7	30.6
	3	55	18.1	18.1	48.7
	4	89	29.3	29.3	78.0
	5	67	22.0	22.0	100.0
	Total	304	100.0	100.0	

Data Deskriptif *Psychological Well Being*

Statistics

PWB		
N	Valid	304
	Missing	0
Mean		.90
Median		.84
Mode		1
Std. Deviation		.700
Variance		.490
Skewness		.337
Std. Error of Skewness		.140
Kurtosis		.158
Std. Error of Kurtosis		.279
Range		4
Minimum		-1
Maximum		3
Sum		273
Percentiles	25	.43
	50	.84
	75	1.29

Data Deskriptif Keterlibatan Ayah**Statistics**

FI

N	Valid	304
	Missing	0
Mean		1.59
Median		1.49
Mode		2
Std. Deviation		1.358
Variance		1.844
Skewness		.767
Std. Error of Skewness		.140
Kurtosis		1.972
Std. Error of Kurtosis		.279
Range		9
Minimum		-3
Maximum		7
Sum		485
Percentiles	25	.76
	50	1.49
	75	2.40

Data Deskriptif Regulasi Emosi

Statistics

RE

N	Valid	304
	Missing	0
Mean		1.04
Median		.85
Mode		0 ^a
Std. Deviation		1.163
Variance		1.353
Skewness		1.050
Std. Error of Skewness		.140
Kurtosis		2.301
Std. Error of Kurtosis		.279
Range		8
Minimum		-2
Maximum		7
Sum		317
Percentiles	25	.19
	50	.85
	75	1.63

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Kategorisasi Skor *Psychological Well Being*

Psychological Well Being

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	160	52.6	52.6	52.6
	Tinggi	144	47.4	47.4	100.0
Total		304	100.0	100.0	

Usia * Psychological Well Being Crosstabulation

Count

		Psychological Well Being		Total
		Rendah	Tinggi	
Usia	1	16	11	27
	2	32	34	66
	3	32	23	55
	4	43	46	89
	5	37	30	67
Total		160	144	304

JK * Psychological Well Being Crosstabulation

Count

		Psychological Well Being		Total
		Rendah	Tinggi	
JK	1	17	19	36
	2	143	125	268
Total		160	144	304

Kategorisasi Skor Keterlibatan Ayah**Keterlibatan Ayah**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	176	57.9	57.9	57.9
	Tinggi	128	42.1	42.1	100.0
	Total	304	100.0	100.0	

Usia * Keterlibatan Ayah Crosstabulation

Count

		Keterlibatan Ayah		Total
		Rendah	Tinggi	
Usia	1	15	12	27
	2	40	26	66
	3	28	27	55
	4	52	37	89
	5	41	26	67
Total		176	128	304

JK * Keterlibatan Ayah Crosstabulation

Count

		Keterlibatan Ayah		Total
		Rendah	Tinggi	
JK	1	24	12	36
	2	152	116	268
Total		176	128	304

Kategorisasi Skor Regulasi Emosi**Regulasi Emosi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	161	53.0	53.0	53.0
	Tinggi	143	47.0	47.0	100.0
	Total	304	100.0	100.0	

Usia * Regulasi Emosi Crosstabulation

Count

		Regulasi Emosi		Total
		Rendah	Tinggi	
Usia	1	12	15	27
	2	37	29	66
	3	32	23	55
	4	41	48	89
	5	39	28	67
Total		161	143	304

JK * Regulasi Emosi Crosstabulation

Count

		Regulasi Emosi		Total
		Rendah	Tinggi	
JK	1	27	9	36
	2	134	134	268
Total		161	143	304

Uji Normalitas**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		PWB	FI	RE	Unstandardized Residual
N		304	304	304	304
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.90	1.59	1.04	.0000000
	Std. Deviation	.700	1.358	1.163	.62271794
Most Extreme Differences	Absolute	.068	.086	.108	.045
	Positive	.068	.086	.108	.045
	Negative	-.037	-.039	-.058	-.030
Kolmogorov-Smirnov Z		1.194	1.502	1.886	.779
Asymp. Sig. (2-tailed)		.116	.022	.002	.578

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Uji Linieritas dan Multikolinieritas

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable:PWB

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.197	73.911	1	302	.000	.532	.229

The independent variable is FI.

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable:PWB

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.032	9.992	1	302	.002	.784	.108

The independent variable is RE.

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	.477	.061		7.822	.000		
	FI	.219	.027	.426	8.195	.000	.974	1.026
	RE	.067	.031	.111	2.136	.033	.974	1.026

a. Dependent Variable: PWB

Uji Korelasi

Correlations

		PWB	FI	RE
PWB	Pearson Correlation	1	.443**	.179**
	Sig. (2-tailed)		.000	.002
	N	304	304	304
FI	Pearson Correlation	.443**	1	.160**
	Sig. (2-tailed)	.000		.005
	N	304	304	304
RE	Pearson Correlation	.179**	.160**	1
	Sig. (2-tailed)	.002	.005	
	N	304	304	304

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Uji Hipotesis

a. Analisis Regresi Berganda

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.457 ^a	.209	.203	.625

a. Predictors: (Constant), RE, FI

b. Dependent Variable: PWB

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	30.973	2	15.486	39.673	.000 ^a
	Residual	117.497	301	.390		
	Total	148.470	303			

a. Predictors: (Constant), RE, FI

b. Dependent Variable: PWB

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	.477	.061		7.822	.000		
	FI	.219	.027	.426	8.195	.000	.974	1.026
	RE	.067	.031	.111	2.136	.033	.974	1.026

a. Dependent Variable: PWB

b. Analisis Regresi Keterlibatan Ayah dan *Psychological Well Being*

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.443 ^a	.197	.194	.628

a. Predictors: (Constant), FI

b. Dependent Variable: PWB

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	29.192	1	29.192	73.911	.000 ^a
	Residual	119.278	302	.395		
	Total	148.470	303			

a. Predictors: (Constant), FI

b. Dependent Variable: PWB

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	.532	.056		9.565	.000		
	FI	.229	.027	.443	8.597	.000	1.000	1.000

a. Dependent Variable: PWB

c. Analisis Regresi Regulasi Emosi dan *Psychological Well Being***Model Summary^b**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.179 ^a	.032	.029	.690

a. Predictors: (Constant), RE

b. Dependent Variable: PWB

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4.755	1	4.755	9.992	.002 ^a
	Residual	143.715	302	.476		
	Total	148.470	303			

a. Predictors: (Constant), RE

b. Dependent Variable: PWB

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	.784	.053		14.761	.000		
	RE	.108	.034	.179	3.161	.002	1.000	1.000

a. Dependent Variable: PWB

Lampiran 5. Instrumen Penelitian *Psychological Well Being*

INSTRUMEN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Usia :

Jenis kelamin :

No. *Handphone* :

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya bersedia untuk terlibat dalam penelitian ini tanpa unsur paksaan dan sadar dengan penuh tanggung jawab berperan serta dalam penelitian ini. Saya menyetujui bahwa informasi dan jawaban yang saya berikan sesuai dengan keadaan yang saya alami. Informasi dan jawaban yang saya berikan dalam kuesioner penelitian ini dijamin kerahasiannya oleh peneliti dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian.

Jakarta, Juli 2018

Pada bagian ini Anda akan dihadapkan sejumlah pernyataan yang berkaitan dengan diri Anda. Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan seksama dan pastikan tidak ada jawaban yang terlewat. Tidak ada jawaban benar atau salah. Isilah yang paling **sesuai dengan keadaan Anda** dengan memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang sesuai **SS (Sangat Setuju)**, **S (Setuju)**, **N (Netral)**, **TS (Tidak Setuju)**, dan **STS (Sangat Tidak Setuju)**. Setiap pernyataan hanya boleh memberikan satu jawaban.

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Pada umumnya, saya merasa bertanggungjawab terhadap situasi di sekitar saya					
4	Saya menjalani hidup hari ini tanpa memikirkan masa depan					
10	Saya menyukai kepribadian saya					
13	Saya sudah lama menyerah untuk melakukan perubahan yang lebih baik dalam hidup saya					
15	Dalam beberapa hal, saya merasa kecewa terhadap pencapaian dalam hidup saya					

Lampiran 6. Instrumen Penelitian Keterlibatan Ayah

INSTRUMEN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Usia :

Jenis kelamin :

No. *Handphone* :

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya bersedia untuk terlibat dalam penelitian ini tanpa unsur paksaan dan sadar dengan penuh tanggung jawab berperan serta dalam penelitian ini. Saya menyetujui bahwa informasi dan jawaban yang saya berikan sesuai dengan keadaan yang saya alami. Informasi dan jawaban yang saya berikan dalam kuesioner penelitian ini dijamin kerahasiannya oleh peneliti dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian.

Jakarta, Juli 2018

Pada bagian ini Anda akan dihadapkan sejumlah pernyataan yang berkaitan dengan keterlibatan ayah Anda dalam mengasuh Anda. Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan seksama dan pastikan tidak ada jawaban yang terlewat. Tidak ada jawaban benar atau salah. Isilah yang paling **sesuai dengan keadaan Anda** dengan memberikan tanda *checklist* (√) pada kolom yang sesuai **SS (Sangat Setuju)**, **S (Setuju)**, **N (Netral)**, **TS (Tidak Setuju)**, dan **STS (Sangat Tidak Setuju)**. Setiap pernyataan hanya boleh memberikan satu jawaban.

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Ayah menghadiri acara yang saya ikuti (pertandingan olahraga, acara sekolah/gereja)					
7	Ayah memberikan pujian ketika menyelesaikan tugas dengan baik					
9	Ayah dapat menjadi teman bagi saya					
12	Ayah menunjukkan kasih sayangnya pada saya					
15	Ayah dan ibu berkerja sama dalam mengasuh saya					
18	Ayah saya mengajarkan kedisiplinan					

Lampiran 7. Instrumen Penelitian Regulasi Emosi

INSTRUMEN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Usia :

Jenis kelamin :

No. *Handphone* :


Dengan ini saya menyatakan bahwa saya bersedia untuk terlibat dalam penelitian ini tanpa unsur paksaan dan sadar dengan penuh tanggung jawab berperan serta dalam penelitian ini. Saya menyetujui bahwa informasi dan jawaban yang saya berikan sesuai dengan keadaan yang saya alami. Informasi dan jawaban yang saya berikan dalam kuesioner penelitian ini dijamin kerahasiannya oleh peneliti dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian.

Jakarta, Juli 2018

Pada bagian ini Anda akan dihadapkan sejumlah pernyataan yang berkaitan dengan diri Anda. Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan seksama dan pastikan tidak ada jawaban yang terlewat. Tidak ada jawaban benar atau salah. Isilah yang paling **sesuai dengan keadaan Anda** dengan memberikan tanda *checklist* (√) pada kolom yang sesuai **SS (Sangat Setuju)**, **S (Setuju)**, **N (Netral)**, **TS (Tidak Setuju)**, dan **STS (Sangat Tidak Setuju)**. Setiap pernyataan hanya boleh memberikan satu jawaban.

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya mengubah hal yang sedang saya pikirkan, ketika saya ingin lebih merasakan emosi positif (seperti bahagia)					
4	Ketika menghadapi situasi yang menimbulkan stres, saya berusaha untuk berpikir tentang sesuatu yang membantu saya tetap tenang					
6	Ketika lebih ingin merasakan emosi positif (seperti bahagia), saya mengubah cara berpikir saya tentang situasi yang saya alami					
9	Ketika ingin mengubah perasaan negatif (seperti sedih atau marah), saya mengubah cara berpikir saya tentang situasi yang saya alami					

Lampiran 8. Surat Validasi *Expert Judgement*



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
 KAMPUS D Jalan Halimun No. 2 Kel. Guntur Kec. Setiabudi Jakarta Selatan
 Telepon : +62 21 8297829 email : psikologi@unj.ac.id

Building Future Leaders

SURAT PERNYATAAN AHLI UNTUK VALIDASI INSTRUMEN
(EXPERT JUDGEMENT)


Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Eka M.Si
 NIP :
 Prodi : Psikologi
 Pendidikan Terakhir :
 Bidang Keahlian : Psikologi
 No. Handphone : 085716352448
 Email :

Menyatakan bahwa instrumen Psychological Well-Being akan digunakan dalam penelitian

Nama : Dita Eustiana Pratiwi
 NIM : 1125140622
 Judul Penelitian : Pengaruh Aspek Pelebaran Emosi dan Psychological Well Being pada Remaja Akhir
 telah divalidasi : dapat digunakan/perlu perbaikan/tidak dapat digunakan*).

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

Jakarta, 18 Mei 2018
 Validator,

 NIP.

Processed by FREE version of
 Jet Scanner Lite



*Building
Future
Leaders*

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

KAMPUS D Jalan Halimun No. 2 Kel. Guntur Kec. Setiabudi Jakarta Selatan
Telepon : +62 21 8297829 email : psikologi@unj.ac.id

SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN

EXPERT JUDGEMENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Herdiyan Maulana, M. Si
NIP : 198212302009121003
Prodi : Psikologi
Pendidikan Terakhir : S2
Bidang Keahlian : Psikologi Sosial
No. Handphone : 08159934161

Menyatakan bahwa instrumen dalam penelitian "**Pengaruh Keterlibatan Ayah dan Regulasi Emosi terhadap Psychological Well Being pada Remaja Akhir**" yang telah divalidasi: dapat digunakan / perlu perbaikan / tidak dapat digunakan*

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.
Atas kerja samanya diucapkan terima kasih.

Jakarta, Mei 2018
Validator,

Herdiyan Maulana, M. Si

NIP. 198212302009121003

Processed by FREE version of
Jet Scanner Lite

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Dita Gustiana Pratiwi atau yang akrab dipanggil “Dita” lahir di Jakarta pada 12 Agustus 1996. Penulis merupakan anak kedua dari tiga bersaudara. Penulis lahir dari pasangan Suhardono dan Anna Sitinur.

Penulis menempuh pendidikan sekolah dasar di Sekolah Dasar Negeri Makasar 08 Pagi. Setelah itu penulis melanjutkan sekolah ke SMP Negeri 128 Jakarta dan meneruskan sekolah menengah akhir di SMA Negeri 67 Jakarta. Setelah berhasil menyelesaikan pendidikannya di SMA, penulis melanjutkan ke pendidikan tinggi di Universitas Negeri Jakarta. Penulis mengambil program Sarjana atau S1 di Fakultas Pendidikan Psikologi, Program Studi Psikologi. Selama masa perkuliahan, penulis cukup aktif mengikuti berbagai kepanitiaan acara-acara yang diadakan di kampus. Penulis juga aktif dalam organisasi kemahasiswaan. Penulis mengikuti organisasi *Psychological Health Care* (PHC) sejak tahun 2014-2018. Pada tahun 2014-2015 penulis menjabat sebagai anggota PHC, tahun 2015-2016 sebagai staff Department PSDM PHC, 2016-2017 sebagai staff Department of Human Acceleration PHC, dan 2017-2018 menjabat sebagai Kepala Department of Human Acceleration PHC.

Penulis pernah melakukan *internship* di Dinas Psikologi TNI Angkatan Udara (DISPSIAU) sebagai *Assistant Tester* dalam bagian Laboratorium Psikologi Penerbangan. Penulis juga melakukan *internship* di PT Multifortuna Sinardelta sebagai *Recruiter* di Divisi *Human Resourch Development*, Department *Human Resourch & General Administration*. Penulis dapat dihubungi melalui email ditagustianap@gmail.com.