

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP KEPUASAN
PERNIKAHAN DI USIA DEWASA MADYA**



Sarah Ratu Annisa

1801618135

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana

Psikologi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2022

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

“Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Kepuasan Pernikahan di Usia Dewasa Madya”

Nama Mahasiswa	:	Sarah Ratu Annisa
Nomor Registrasi	:	1801618135
Jurusan/Program Studi	:	Psikologi
Tanggal Ujian	:	08 Agustus 2022

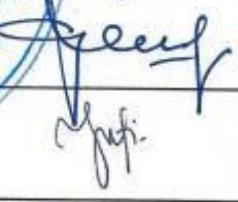
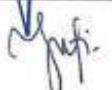
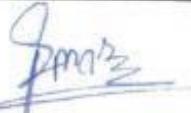
Pembimbing I

Mira Ariyani, Ph.D
NIP. 197512012006042001

Pembimbing II

Hermeilia Megawati, M.A
NIP. 198805032020122010

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		8 Sept 2022
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		27 Sept 2022
Prof. Dr. Yufiarti, M. Si (Ketua Penguji)***		31 Agustus 2022
Irma Rosalinda Lubis, M. Si (Penguji 1)****		31 Agustus 2022
Rahmadiany Gazadinda, M.Sc (Penguji 2)****		31 Agustus 2022

Catatan:

*Dekan FPPSi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Sarah Ratu Annisa

NIM : 1801618135

Prodi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kepuasan Pernikahan di Usia Dewasa Madya” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data dan informasi yang diperoleh dari hasil penelitian dari bulan Maret tahun 2022 sampai dengan bulan Juli tahun 2022.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi atau karya inovasi yang pernah dibuat oleh 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, 5 Agustus 2022

Yang Membuat Pernyataan,



Sarah Ratu Annisa

NIM: 1801618135

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

فَإِنْ يَعْمَلُوا مَا يَشَاءُونَ
وَمَا يَنْهَا إِلَّا أَنْ يَأْتِيَهُم مِّنْ حَسَنَاتٍ
أَنَّمَّا يُحَمِّلُونَ
أَنَّمَّا يُحَمِّلُونَ

Fa inna ma'al usri yusra, Inna ma'al usri yusra.

“Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan.”

Q.S Al-Insyirah (94): 5-6.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ عَبْدًا مَا لَا يُمْكِنُ
لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ عَبْدًا مَا لَا يُمْكِنُ

Lā yukallifullāhu nafsan illā wus'ahā.

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

Q.S Al-Baqarah (2): 286

“Dream, Believe, and Make It Happen!”

-Agnez Mo

“Kau bisa patahkan kakiku, tapi tidak mimpi-mimpiku.”

-'Manusia Kuat' by Tulus.

PERSEMBAHAN:

Skripsi ini penulis persembahkan kepada Mama dan Papa, kedua orang tua yang tak pernah putus doa dan cintanya. Selain itu, skripsi ini penulis persembahkan kepada diri sendiri, terima kasih sudah bertahan sejauh ini. Sarah Ratu Annisa,

you rock!!!
iv

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Sarah Ratu Annisa
NIM : 1801618135
Prodi : 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 Nonekslusif (Non-exclusive Royalty Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kepuasan Pernikahan di Usia Dewasa Madya

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Nonekslusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 5 Agustus 2022

Yang Menyatakan,



(Sarah Ratu Annisa)

Sarah Ratu Annisa

PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP KEPUASAN PERNIKAHAN
DI USIA DEWASA MADYA

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2022

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui pengaruh strategi regulasi emosi terhadap kepuasan pernikahan pada individu yang berada di rentang usia dewasa madya, yaitu 40-60 tahun. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linear berganda. Responden penelitian diperoleh menggunakan teknik *incidental sampling* dan melibatkan 225 individu dewasa madya, dengan responden perempuan sebanyak 125 dan responden laki-laki sebanyak 100. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan cara menyebar kuesioner secara daring, yang terdiri dari skala Cognitive Emotional Regulation Questionnaire-Short (CERQ-Short) Scale dan Enrich Marital Satisfaction (EMS) Scale. Hasil penelitian menunjukkan Value Sig. 0,00 (<0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari regulasi emosi terhadap tingkat kepuasan pernikahan pada individu yang berada di rentang usia dewasa madya. Strategi regulasi emosi adaptif menunjukkan Value Sig. 0,855 (>0,05), yang menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari strategi regulasi emosi adaptif terhadap kepuasan pernikahan individu usia dewasa madya, sedangkan strategi regulasi emosi kurang adaptif menunjukkan Value Sig. 0,00 (<0,05), yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara strategi regulasi emosi kurang adaptif terhadap kepuasan pernikahan di usia dewasa madya. Nilai R square sebesar 0,386 yang menunjukkan bahwa regulasi emosi berkontribusi sebesar 38,6% terhadap kepuasan pernikahan individu usia dewasa madya.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Strategi Regulasi Emosi, Strategi Adaptif, Strategi Kurang Adaptif, Kepuasan Pernikahan, Dewasa Madya.

Sarah Ratu Annisa

**THE INFLUENCE OF EMOTION REGULATION ON MARITAL
SATISFACTION AMONG MIDDLE ADULTHOOD**

Undergraduate Thesis

Jakarta: Department of Psychology, Faculty of Educational Psychology,

State University of Jakarta

2022

ABSTRACT

This research was conducted with the aim of knowing the influence of emotional regulation strategies on marital satisfaction in individuals who are in the middle age range of 40-60 years old. This research was conducted with a quantitative approach with multiple linear regression analysis. Research respondents were obtained by incidental sampling technique and involved 225 middle adult individuals, with 125 female respondents and 100 male respondents. The data collection technique used was by distributing an online questionnaire consisting of a Cognitive Emotional Regulation Questionnaire-Short (CERQ-Short) Scale and Enrich Marital Satisfaction (EMS) Scale. The results showed that the value of Sig. 0.00 (<0.05), so it can be concluded that there is a significant influence of emotional regulation on the level of marital satisfaction in individuals who are in the middle age range. Adaptive emotion regulation strategies show Sig. 0.855 (> 0.05), which indicates that there is no significant influence of adaptive emotion regulation strategies on marital satisfaction of middle-aged individuals, while less adaptive emotion regulation strategies show Value Sig. 0.00 (<0.05), which indicates that there is a significant influence between less adaptive emotion regulation strategies on marital satisfaction in middle adulthood. The value of R square is 0.386 which indicates that emotion regulation contributes 38.6% to the marital satisfaction of middle-aged adults

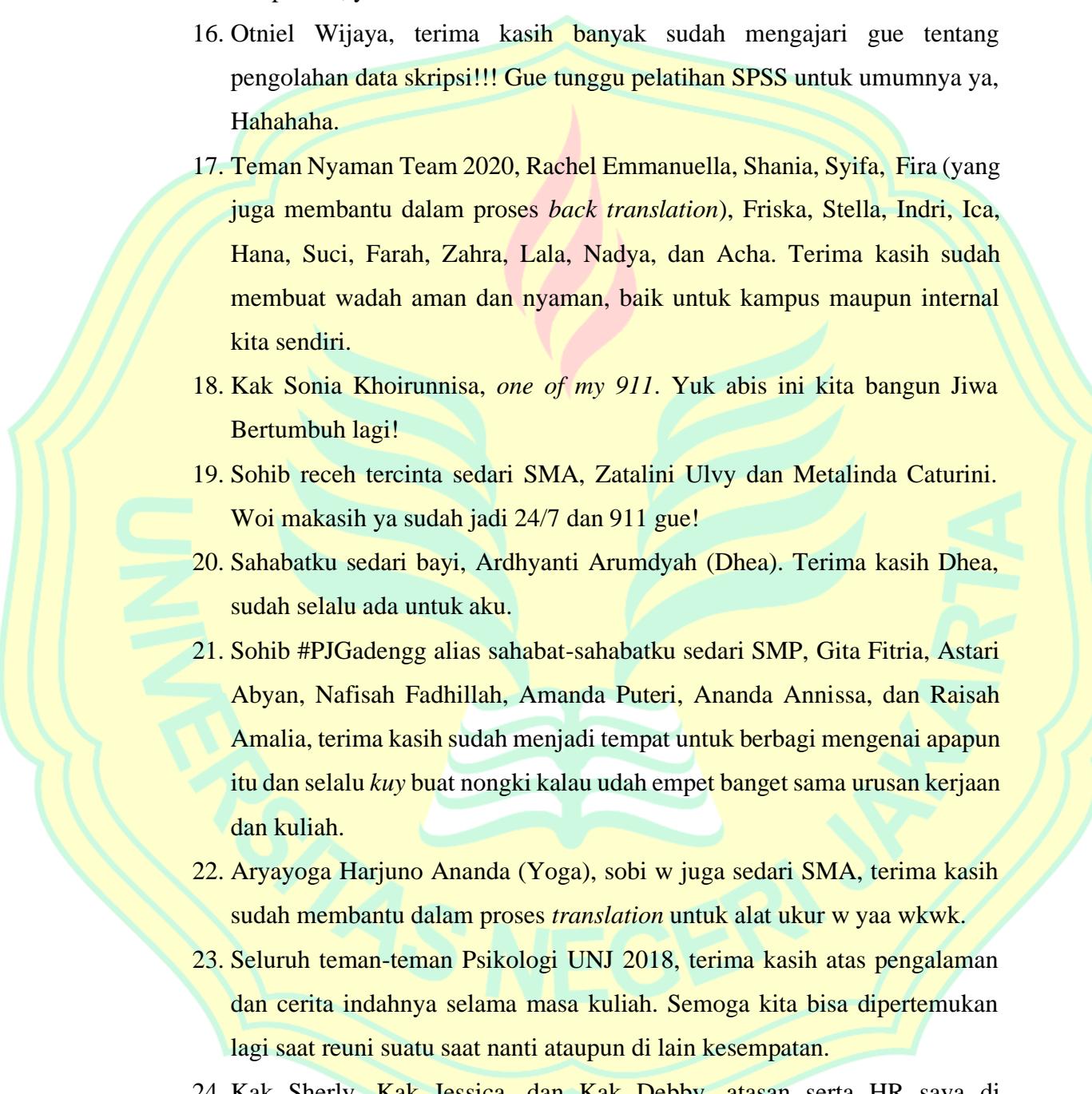
Keywords: Emotion Regulation, Emotion Regulation Strategies, Adaptive Strategies, Less-Adaptive Strategies, Marital Satisfaction, Middle Adulthood.

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kepuasan Pernikahan di Usia Dewasa Madya”. Skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) di Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menyadari bahwa banyak pihak yang telah mendukung dan membantu peneliti dalam setiap proses penyusunan proposal penelitian ini. Maka dalam kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar, M.Si., selaku Wakil Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D., selaku Wakil Dekan II Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan III dan juga Dosen Pembimbing I penelitian skripsi saya. Terima kasih banyak kepada Bu Mira karena telah memahami kondisi saya yang mengerjakan skripsi sambil bekerja, serta tetap membalas pesan dan pertanyaan saya bahkan di tengah malam sekalipun, sehingga skripsi saya bisa selesai tepat pada waktunya.
5. Ibu Dr.phil. Zarina Akbar, M. Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Ibu Hermeilia Megawati, MA, selaku Dosen Pembimbing II penelitian skripsi saya. Terima kasih Ibu sudah bersedia untuk meluangkan waktunya mengadakan bimbingan privat menggunakan *video conference* untuk saya.
7. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D, selaku Dosen Pembimbing Akademik saya. Terima kasih Bapak atas nasihatnya ketika saya sedang di fase terendah saya ketika itu.

-
8. Seluruh jajaran Dosen Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Terima kasih banyak Ibu, Bapak, Mbak, dan Abang atas ilmunya yang sangat bermanfaat selama perkuliahan saya.
 9. Seluruh staf administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi. Terima kasih telah mendukung kelancaran aktivitas akademik dan non-akademik saya selama perkuliahan.
 10. Mama dan Papa tercinta, terima kasih atas doa dan cintanya yang tak pernah putus. Terima kasih untuk Mama atas asupan gizinya setiap hari, sehingga Adek bisa fokus belajar dan mengerjakan skripsi. Terima kasih bantuannya juga untuk Mama yang membantu menyebarkan kuesionerskripsi ke hampir seluruh teman-temannya. Terima kasih Papa, yang selalu bersedia mengantar jemput sampai Adek sudah sebesar ini. Terima kasih Papa atas kopi susu yang selalu dibuat atas dasar cinta, yang selalu menjadi alasan Adek untuk selalu pulang ke rumah dan fokus untuk mengerjakan skripsi.
 11. Kedua Abang saya, Yunan (Petrolis Nusa Perdana), dan Uda (Dwinta Prana Yudha), yang juga pastinya selalu mendukung dan mendoakan Adiknya. *Hey brothers, finally all of our parents childrens got their Bachelor's Degree!!*
 12. Kedua Kakak Ipar saya, Kak Widda Mayuyani dan Kak Riska Kartini, Terima kasih juga atas dukungan dan doa yang selalu menyertai Adek.
 13. Ketiga keponakan saya, Dinaya Rifda Khairi (Kaka Naya), Thareq Rainier El-Atharizz (Athar/Sejagad), dan Rikani Fatima Ulima (Dedek Kani), yang secara tidak langsung menjadi pendorong saya untuk segera menyelesaikan skripsi ini dan memperoleh gelar Sarjana Psikologi.
 14. Teman satu bimbingan skripsi, Khansa Afifah Nurwisa (Acha), Marini, Triya Primadani, Nada Haura, Kak Widda Nissa, Kak Fathimah Miftahul Jannah, dan Sinta Adzilla, terima kasih sudah saling berbagi ilmu, informasi, keluh kesah, serta sambut dalam proses penyelesaian skripsi ini. Terutama untuk Acha dan Triya yang membantu gue saat gue udah gegabah karena alat ukur hahahaha. Selain itu terima kasih juga untuk Era, yang membantu gue untuk menginstall SPSS.

- 
15. GENG SELAMA MASA KAMPUSKU, Tasya Nabillah, Gaby Adelia, Dwi Rodhiyatul, Dian Ratna, dan Faradina Oktavindra, terima kasih sudah membuat masa kuliahku berwarna. Semoga pertemanan kita tetap awet sampai tua, ya.
 16. Otniel Wijaya, terima kasih banyak sudah mengajari gue tentang pengolahan data skripsi!!! Gue tunggu pelatihan SPSS untuk umumnya ya, Hahahaha.
 17. Teman Nyaman Team 2020, Rachel Emmanuella, Shania, Syifa, Fira (yang juga membantu dalam proses *back translation*), Friska, Stella, Indri, Ica, Hana, Suci, Farah, Zahra, Lala, Nadya, dan Acha. Terima kasih sudah membuat wadah aman dan nyaman, baik untuk kampus maupun internal kita sendiri.
 18. Kak Sonia Khoirunnisa, *one of my 911*. Yuk abis ini kita bangun Jiwa Bertumbuh lagi!
 19. Sohib receh tercinta sedari SMA, Zatalini Ulvy dan Metalinda Caturini. Woi makasih ya sudah jadi 24/7 dan 911 gue!
 20. Sahabatku sedari bayi, Ardhyanti Arumdyah (Dhea). Terima kasih Dhea, sudah selalu ada untuk aku.
 21. Sohib #PJGadengg alias sahabat-sahabatku sedari SMP, Gita Fitria, Astari Abyan, Nafisah Fadhillah, Amanda Puteri, Ananda Annissa, dan Raisah Amalia, terima kasih sudah menjadi tempat untuk berbagi mengenai apapun itu dan selalu *kuy buat nongki kalau udah empet banget sama urusan kerjaan dan kuliah*.
 22. Aryayoga Harjuno Ananda (Yoga), sobi w juga sedari SMA, terima kasih sudah membantu dalam proses *translation* untuk alat ukur w yaa wkwk.
 23. Seluruh teman-teman Psikologi UNJ 2018, terima kasih atas pengalaman dan cerita indahnya selama masa kuliah. Semoga kita bisa dipertemukan lagi saat reuni suatu saat nanti ataupun di lain kesempatan.
 24. Kak Sherly, Kak Jessica, dan Kak Debby, atasan serta HR saya di RecruitFirst Indonesia. Terima kasih sudah mengizinkan saya beberapa hari untuk cuti demi penggerjaan skripsi. Untuk Angela, terima kasih juga sudah *back up* beberapa kerjaan gue ya, hehe.

25. Seluruh 282 responden penelitian, terima kasih atas waktu dan ketersediaannya dalam penelitian ini.
26. Seluruh pihak yang secara tidak langsung membantu keberlangsungan penelitian ini yang tidak bisa disebutkan satu-persatu.
27. Sarah Ratu Annisa, diri saya sendiri. Sarah, lo hebat! Lo harus bangga sama diri lo sendiri, ya!! *You did greatttt!!!!*

Penulis sangat mengapresiasi kritik dan saran yang membangun dari pihak manapun. Akhir kata, semoga tulisan ini dapat bermanfaat demi kemajuan ilmu pengetahuan maupun untuk pengembangan diri pribadi.

Tangerang Selatan, 21 Juli 2022

Penulis,



Sarah Ratu Annisa



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBERAHAAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR DAN GRAFIK	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Batasan Masalah	5
1.4 Rumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Penelitian	5
1.6.1 Manfaat Teoritis	5
1.6.2 Manfaat Praktis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Kepuasan Pernikahan	7
2.1.1 Definisi Kepuasan Pernikahan	7
2.1.2 Faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Pernikahan	7
2.1.3 Aspek Kepuasan Pernikahan	8
2.1.4 Perilaku yang Menunjukkan Kepuasan Pernikahan	10
2.2 Regulasi Emosi	12
2.2.1 Pengertian Regulasi Emosi	12

2.2.2	Model Proses Regulasi Emosi	14
2.2.3	Aspek Regulasi Emosi	15
2.2.4	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi	16
2.3	Dewasa Madya	18
2.3.1	Karakteristik Usia Dewasa Madya	20
2.4	Pernikahan	22
2.4.1	Pernikahan pada Usia Dewasa Madya	23
2.5	Dinamika Hubungan Regulasi Emosi terhadap Kepuasan Pernikahan	24
2.6	Kerangka Pemikiran	26
2.7	Hipotesis	27
2.8	Hasil Penelitian yang Relevan	28
BAB III METODE PENELITIAN		32
3.1	Tipe Penelitian	32
3.2	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	32
3.2.1	Definisi Konseptual	33
3.2.2	Definisi Operasional	33
3.3	Populasi dan Sampel	34
3.3.1	Populasi	34
3.3.2	Sampel	34
3.3.3	Teknik Pengambilan Sampel	35
3.4	Teknik Pengumpulan Data	36
3.4.1	Pembuat Instrumen	36
3.4.2	Tujuan Instrumen	36
3.4.3	Teori Dasar Instrumen	38
3.4.4	<i>Back Translation</i> dan Teknik Pengumpulan Data	39
3.5	Uji Coba Instrumen	39
3.5.1	Uji Validitas	39
3.5.2	Uji Reliabilitas	40
3.5.3	Hasil Uji Coba Instrumen Cognitive Emotional Regulation Questionnaire-Short Scale (CERQ-Short)	40
3.5.4	Hasil Uji Coba Instrumen <i>Enrich Marital Satisfaction (EMS) Scale</i>	43
3.6	Analisis Data	44

3.6.1	Uji Statistik	44
3.6.2	Uji Normalitas	44
3.6.3	Uji Linearitas	44
3.6.4	Uji Korelasi	44
3.6.5	Uji Regresi	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		46
4.1	Gambaran Subjek Penelitian	46
4.1.1	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	46
4.1.2	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia Responden	47
4.1.3	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia Pasangan	49
4.1.4	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia Pernikahan	50
4.1.5	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Keseluruhan Jumlah Anak	52
4.1.6	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jumlah Tanggungan Anak	53
4.1.7	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Pernikahan Anak	54
4.1.8	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Pekerjaan	55
4.1.9	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Pendidikan Terakhir	57
4.2	Prosedur Penelitian	58
4.2.1	Persiapan Penelitian	58
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	59
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian	61
4.3.1	Data Deskriptif Strategi Regulasi Emosi Adaptif	61
4.3.2	Data Deskriptif Strategi Regulasi Emosi Kurang Adaptif	65
4.3.3	Data Deskriptif Kepuasan Pernikahan	68
4.4	Pembahasan	80
4.5	Keterbatasan Penelitian	82
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN		83
5.1	Kesimpulan	83
5.2	Implikasi	83
5.3	Saran	84
5.3.1	Bagi Penelitian Selanjutnya	84
5.3.2	Bagi Pasangan Suami Istri	84

5.3.3	Bagi Individu yang Belum Menikah	84
5.3.4	Bagi Masyarakat Umum	85
DAFTAR PUSTAKA		86
LAMPIRAN		91
DAFTAR RIWAYAT HIDUP		140



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen <i>Cognitive Emotion Regulation Questionnaire-Short (CERQ-Short)</i>	36
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrumen <i>Enrich Marital Satisfaction (EMS) Scale</i>	37
Tabel 3.3 Karakteristik Reliabilitas Guilford	40
Tabel 3.4 Hasil Analisis Validitas Adaptasi Alat Ukur <i>Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) Short Scale</i> dimensi Strategi Adaptif Terhadap Kepuasan Pernikahan di Usia Dewasa Madya	41
Tabel 3.5 Hasil Analisis Validitas Adaptasi Alat Ukur <i>Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) Short Scale</i> dimensi Strategi Kurang Adaptif Terhadap Kepuasan Pernikahan di Usia Dewasa Madya	42
Tabel 3.6 Hasil Analisis Validitas Adaptasi Alat Ukur Enrich Marital Satisfaction (EMS) Scale	43
Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	47
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia Responden	48
Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Usia Pasangan	49
Tabel 4.4 Distribusi Deskriptif Usia Pernikahan	51
Tabel 4.5 Distribusi Responden Berdasarkan Keseluruhan Jumlah Anak	52
Tabel 4.6 Distribusi Responden Berdasarkan Jumlah Tanggungan Anak	53
Tabel 4.7 Distribusi Responden Berdasarkan Pernikahan Anak	55
Tabel 4.8 Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan	56
Tabel 4.9 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	57
Tabel 4.10 Distribusi Deskriptif Strategi Regulasi Emosi Adaptif	62
Tabel 4.11 Kategorisasi Skor Strategi Regulasi Emosi Adaptif	64
Tabel 4.12 Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Skor Strategi Regulasi Emosi Adaptif	64
Tabel 4.13 Distribusi Deskriptif Strategi Regulasi Emosi Kurang Adaptif	65
Tabel 4.14 Kategorisasi Skor Strategi Regulasi Emosi Kurang Adaptif	67
Tabel 4.15 Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Skor Strategi Regulasi Emosi Kurang Adaptif	67
Tabel 4.16 Distribusi Deskriptif Kepuasan Pernikahan	69

Tabel 4.17 Kategorisasi Skor Kepuasan Pernikahan	70
Tabel 4.18 Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Skor Kepuasan Pernikahan	71
Tabel 4.19 Hasil Uji Linearitas Variabel Regulasi Emosi (Dimensi Strategi Regulasi Emosi Adaptif) dengan Variabel Kepuasan Pernikahan	72
Tabel 4.20 Hasil Uji Linearitas Variabel Regulasi Emosi (Dimensi Strategi Regulasi Emosi Adaptif) dengan Variabel Kepuasan Pernikahan	73
Tabel 4.21 Hasil Uji Korelasi Variabel Regulasi Emosi (Dimensi Strategi Regulasi Emosi Adaptif) dengan Variabel Kepuasan Pernikahan	75
Tabel 4.22 Hasil Uji Korelasi Variabel Regulasi Emosi (Dimensi Strategi Regulasi Emosi Kurang Adaptif) dengan Variabel Kepuasan Pernikahan	75
Tabel 4.23 Hasil Uji Hipotesis Menggunakan Analisis Regresi Variabel Regulasi Emosi (Dimensi Strategi Regulasi Emosi Adaptif) dengan Variabel Kepuasan Pernikahan	76
Tabel 4.24 Hasil Uji Hipotesis Menggunakan Analisis Regresi Variabel Regulasi Emosi (Dimensi Strategi Regulasi Emosi Kurang Adaptif) dengan Variabel Kepuasan Pernikahan	77
Tabel 4.25 Hasil Koefisien Determinasi (Model Summary)	78
Tabel 4.26 Hasil Uji Signifikansi Anova	78
Tabel 4.27 Hasil Uji Regresi Berganda	79

DAFTAR GAMBAR DAN GRAFIK

GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran	27
-------------------------------	----

GRAFIK	
Grafik 4.1 Histogram Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	47
Grafik 4.2 Histogram Distribusi Responden Berdasarkan Usia Responden	49
Grafik 4.3 Histogram Distribusi Responden Berdasarkan Usia Pasangan	50
Grafik 4.4 Histogram Distribusi Usia Pernikahan Responden	51
Grafik 4.5 Histogram Distribusi Responden Berdasarkan Keseluruhan Jumlah Anak	53
Grafik 4.6 Histogram Distribusi Responden Berdasarkan Keseluruhan Jumlah Tanggungan Anak	54
Grafik 4.7 Histogram Distribusi Responden Berdasarkan Pernikahan Anak	55
Grafik 4.8 Histogram Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan	56
Grafik 4.9 Histogram Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan	58
Grafik 4.10 Histogram Distribusi Strategi Regulasi Emosi Adaptif	63
Grafik 4.11 Histogram Distribusi Strategi Regulasi Emosi Kurang Adaptif	66
Grafik 4.12 Histogram Distribusi Kepuasan Pernikahan	69
Grafik 4.13 Scatter Plot Variabel Regulasi Emosi Dimensi Strategi Regulasi Emosi Adaptif dan Kepuasan Pernikahan	73
Grafik 4.14 Scatter Plot Variabel Regulasi Emosi Dimensi Strategi Regulasi Emosi Kurang Adaptif dan Kepuasan Pernikahan	74

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. UJI VALIDITAS & RELIABILITAS INSTRUMEN	91
LAMPIRAN 2. DATA MENTAH UJI COBA	94
LAMPIRAN 3. DATA MENTAH UJI HIPOTESIS	98
LAMPIRAN 4. DATA DESKRIPTIF VARIABEL PENELITIAN	113
LAMPIRAN 5. GAMBARAN DEMOGRAFIS RESPONDEN	115
LAMPIRAN 6. KATEGORISASI SKOR	118
LAMPIRAN 7 ANALISIS STATISTIK UNTUK UJI HIPOTESIS	120

LAMPIRAN 8. KUESIONER PENELITIAN FINAL	122
LAMPIRAN 9. BUKTI IZIN PENGGUNAAN ALAT UKUR	135
LAMPIRAN 10. SURAT VALIDITAS INSTRUMEN	136





KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Sarah Ratu Annisa
NIM : 1801618135
Fakultas/Prodi : Psikologi
Alamat email : sarahannisa35@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kepuasan Pernikahan di Usia Dewasa Madya

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 5 Agustus 2022

Penulis,



5A545AJX017204510
(Sarah Ratu Annisa)