

**PENGARUH KEBERFUNGSIAN KELUARGA TERHADAP KEMAMPUAN
REGULASI EMOSI PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN
SKRIPSI**



Oleh:

Nur Aini

1801620116

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

FAKULTASI PENDIDIKAN PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JULI 2024

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

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

“Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Kemampuan Regulasi Emosi pada Mahasiswa
yang Sedang Mengerjakan Skripsi”

Nama Mahasiswa : Nur Aini
NIM : 1801620116
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 26 Juni 2024

Pembimbing I





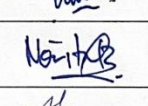
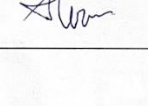

Irma Rosalinda Lubis, M. Si., Psikolog
NIP.197101282005012001

Pembimbing II



Mauna, M. Psi., Psikolog
NIP.1984101420150420001

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si. (Penanggungjawab)*		31/7-2024
Dr. Gungum Gumelar, M.Si. (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)**		30/7-2024
Mira Ariyani, Ph.D (Ketua Penguji)***		9 Juli 2024
Novitasari R. Damanik, M.Si. (Anggota)****		16 Juli 2024
Ernawati, M.Psi. (Anggota)****		12 Juli 2024

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Nur Aini
NIM : 1801620116
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "**Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Kemampuan Regulasi Emosi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi**" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Mei sampai dengan bulan Juni 2024.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi 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, 1 Juli 2024

Yang Membuat Pernyataan



Nur Aini

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
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 : Nur Aini
NIM : 1801620116
Fakultas/Prodi : Psikologi
Alamat email : Nuraini24074@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Kemampuan Regulasi Emosi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif 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, 1 Juli 2024

Penulis



(Nur Aini)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“What we fear most is fear” – Remus Lupin

“You will never grow if you have to mourn every leaf that falls” – K. Tolnoe

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk diri saya yang telah berusaha dan berjuang tanpa menyerah selama proses penulisan skripsi ini berlangsung. Selain itu, skripsi ini juga saya persembahkan untuk keluarga, teman-teman, serta dosen pembimbing saya yang selalu membantu dan mendukung penuh semua proses yang saya lalui sehingga bisa sampai pada penyelesaian skripsi ini.

NUR AINI

**PENGARUH KEBERFUNGSIAN KELUARGA TERHADAP KEMAMPUAN
REGULASI EMOSI PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN**

SKRIPSI

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Jakarta, 2024

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh keberfungsian keluarga terhadap regulasi emosi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi sederhana. Alat ukur yang digunakan adalah *General Functioning of Family Assessment Device* milik Epstein, Baldwin, dan Bishop tahun 1983 yang diadopsi dari Sissy Viranti Dwi Putri dari Universitas Negeri Jakarta yang terdiri dari 12 *item* dan *Emotion Regulation Questionnaire* milik Gross tahun 2003 yang diadopsi dari Neeta Ranysha Megawati Muchtar dari Universitas Negeri Jakarta yang terdiri dari 10 *item*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 152 orang dengan kriteria responden adalah mahasiswa aktif yang sedang mengerjakan skripsi dan berasal dari keluarga utuh. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh signifikan antara keberfungsian keluarga terhadap regulasi emosi *cognitive reappraisal* dengan besaran kontribusi 23,6% serta tidak terdapat pengaruh antara keberfungsian keluarga terhadap regulasi emosi *expressive suppression* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Temuan dalam penelitian ini diharapkan akan membantu individu dalam menyadari bahwa peran keluarga dalam perkembangan emosional anggota keluarganya sangat penting, terutama dalam membantu individu mengembangkan regulasi emosi *cognitive reappraisal*.

Kata Kunci: Keberfungsian Keluarga, Regulasi Emosi, Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi

NUR AINI

**THE INFLUENCE OF FAMILY FUNCTIONING ON THE ABILITIES OF
EMOTIONAL REGULATION IN STUDENTS WHO ARE WORKING
ON THEIR THESIS**

Undergraduate Thesis

*Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of Psychology Education
State University of Jakarta, 2024*

ABSTRACT

This research aims to determine the influence of family functioning on emotional regulation in students who are working on their thesis. This research uses a quantitative approach with simple regression analysis. The measuring instrument used is the General Functioning of Family Assessment Device by Epstein, Baldwin, and Bishop in 1983, adopted from Sissy Viranti Dwi Putri from Jakarta State University, which consists of 12 items and Emotion Regulation Questionnaire by Gross in 2003, adopted from Neeta Ranysha Megawati Muchtar from Jakarta State University, which consists of 10 items. The sample in this study was 152 people with the criteria being active students who were working on their thesis and came from intact family. The results of the research show that there is a significant influence between family functioning on cognitive reappraisal emotional regulation with a contribution of 23,6% and there is no influence between family functioning on expressive suppressing emotional regulation in students who are working on their thesis. It is hoped that the findings in this research will help individuals realize that the role of the family in the emotional development of their family members is very important, especially in helping individuals develop their cognitive reappraisal emotional regulation.

Keywords: Family Functioning, Emotional Regulation, Students who are Working on Their Thesis

KATA PENGANTAR

Dengan rasa syukur dan segala puji dihaturkan pada Allah SWT. karena atas karunia-Nya lah penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Regulasi Emosi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi**” dengan tepat waktu dan sebaik-baiknya sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana.

Penulis menyadari bahwa proses yang telah dilalui tidak akan berarti tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis mengucapkan terima kasih yang tidak terbatas kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M. Si., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gungum Gumelar F.R., M. Si., selaku Wakil Dekan I, Bapak Herdiyana Maulana, Ph.D., selaku Wakil Dekan II, Ibu Mira Ariyani, Ph. D., selaku Wakil Dekan III, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Anna Armeini Rangkuti M.Si., selaku Kepala Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Irma Rosalinda Akbar, M. Si., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I yang selalu meluangkan waktu dan tenaganya untuk membimbing mengarahkan, mendukung, serta mendoakan dengan hati yang tulus.
5. Ibu Mauna, M. Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II, yang selalu bersedia meluangkan waktunya untuk membimbing, mendukung, dan mendoakan dengan segenap hati.
6. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta, yang telah memberikan ilmu selama masa perkuliahan.
7. Staf dan jajaran Tata Usaha Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta, yang selalu bersedia membantu dalam pemenuhan keperluan administrasi selama masa perkuliahan.

8. Seluruh responden yang berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian ini, serta kepada seluruh rekan yang sudah banyak membantu dalam penyebaran kuesioner dalam rangka mencari responden sehingga skripsi ini bisa berjalan dengan lancar dan selesai tepat waktu.
9. Kepada Bapak, Kakak, dan keluarga yang selalu mendukung dan mendoakan di setiap jalan yang penulis ambil.
10. Kepada teman-teman Psikologi UNJ, terutama Mela, Kiara, dan Shafira yang telah menjadi teman serta selalu mendukung dari awal masa kuliah.
11. Kepada kak Widy, kak Tasya, Alike, Amel, serta Ola selaku rekan kerja yang selama ini selalu memberikan doa serta dukungan hangat.
12. Kepada Amanda, Fiola, Yemima, Feby, Shellin, Rangga, Sulbi, dan Dika selaku teman-teman yang selalu mendukung dari awal masa SMA.
13. Kepada Miska, Chika, Aisyah, Nabila, Qisi, Gracia, dan Lela selaku teman-teman yang selalu mendukung dari awal masa SMP.

Terima kasih tanpa batasan penulis ucapkan atas segala kontribusi yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Semoga segala hal-hal baik yang telah diberikan kepada penulis akan menjadi amalan baik dan diberikan balasan yang jauh lebih baik dari Tuhan Yang Maha Esa.

Jakarta, 20 Juni 2024

Nur Aini

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	8
1.3. Pembatasan Masalah	9
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 TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1. Regulasi Emosi.....	11
2.1.1. Definisi Regulasi Emosi	11
2.1.2. Dimensi Regulasi Emosi	12
2.1.3. Faktor yang Memengaruhi Regulasi Emosi.....	14
2.1.4. Proses Regulasi Emosi	15
2.2. Keberfungsian Keluarga.....	17
2.2.1. Definisi Keberfungsian Keluarga	17
2.2.2. Dimensi Keberfungsian Keluarga.....	18
2.2.3. Faktor yang Memengaruhi Keberfungsian Keluarga.....	24
2.3. Mahasiswa.....	25
2.3.1. Definisi Mahasiswa	25

2.4.	Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Regulasi Emosi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi	26
2.5.	Kerangka Pemikiran	27
2.6.	Hipotesis	28
2.7.	Hasil Penelitian yang Relevan	28
BAB III METODE PENELITIAN		31
3.1.	Tipe Penelitian	31
3.2.	Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian.....	31
3.2.1.	Definisi Konseptual	31
3.2.2.	Definisi Operasional	32
3.3.	Populasi dan Sampel	33
3.3.1.	Populasi	33
3.3.2.	Sampel.....	33
3.4.	Teknik Pengumpulan Data	35
3.5.	Instrumen Penelitian.....	35
3.5.1.	Instrumen Keberfungsian Keluarga	35
3.5.2.	Instrumen Regulasi Emosi.....	36
3.6.	Uji Coba Instrumen	38
3.6.1.	Hasil Uji Coba Instrumen Keberfungsian Keluarga.....	38
3.6.2.	Hasil Uji Coba Instrumen Regulasi Emosi	39
3.7.	Analisis Data	41
3.7.1.	Analisis Statistik Deskriptif.....	41
3.7.2.	Uji Normalitas	41
3.7.3.	Uji Linearitas	41
3.7.4.	Analisis Regresi Linear Sederhana	41
3.7.5.	Uji Hipotesis.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		43
4.1.	Deskripsi Subjek	43
4.1.1.	Gambaran Responden berdasarkan Jenis Kelamin	43
4.1.2.	Gambaran Responden berdasarkan Usia.....	44
4.1.3.	Gambaran Responden berdasarkan Angkatan	45
4.1.4.	Gambaran Responden berdasarkan Jenis Perguruan Tinggi	46
4.1.5.	Gambaran Responden berdasarkan Domisili Perguruan Tinggi	47
4.1.6.	Gambaran Responden berdasarkan Status Tempat Tinggal	49

4.1.7.	Gambaran Responden berdasarkan Pendidikan Terakhir Ayah	50
4.1.8.	Gambaran Responden berdasarkan Pendidikan Terakhir Ibu	51
4.1.9.	Gambaran Responden berdasarkan Pekerjaan Ayah.....	52
4.1.10.	Gambaran Responden berdasarkan Pekerjaan Ibu	53
4.2.	Prosedur Penelitian.....	54
4.2.1.	Persiapan Penelitian	54
4.2.2.	Pelaksanaan Penelitian	55
4.3.	Hasil Analisis Data Penelitian	56
4.3.1.	Hasil Data Deskriptif dan Kategorisasi.....	56
4.3.2.	Hasil Uji Normalitas.....	59
4.3.3.	Hasil Uji Linearitas	60
4.3.4.	Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana.....	62
4.3.5.	Hasil Uji Hipotesis	63
4.4.	Pembahasan.....	66
4.5.	Keterbatasan Penelitian	70
BAB V	KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	71
5.1.	Kesimpulan	71
5.2.	Implikasi	71
5.3.	Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	74	
LAMPIRAN.....	80	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	108	

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-Kisi Alat Ukur Keberfungsian Keluarga.....	36
Tabel 3. 2 Skor Alat Ukur Keberfungsian Keluarga.....	36
Tabel 3. 3 Kisi-kisi Alat Ukur Regulasi Emosi	37
Tabel 3. 4 Skor Alat Ukur Regulasi Emosi	37
Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas <i>Item</i> Alat Ukur Keberfungsian Keluarga.....	39
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Keberfungsian Keluarga.....	39
Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas <i>Item</i> Alat Ukur Regulasi Emosi	40
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Regulasi Emosi	40
Tabel 4. 1 Sebaran Data berdasarkan Jenis Kelamin	43
Tabel 4. 2 Sebaran Data berdasarkan Usia	44
Tabel 4. 3 Sebaran Data berdasarkan Angkatan	45
Tabel 4. 4 Sebaran Data berdasarkan Jenis Perguruan Tinggi	46
Tabel 4. 5 Sebaran Data berdasarkan Domisili Perguruan Tinggi	47
Tabel 4. 6 Sebaran Data berdasarkan Domisili Perguruan Tinggi (sambungan)	48
Tabel 4. 7 Sebaran Data berdasarkan Status Tempat Tinggal	49
Tabel 4. 8 Sebaran Data berdasarkan Pendidikan Terakhir Ayah.....	50
Tabel 4. 9 Sebaran Data berdasarkan Pendidikan Terakhir Ibu	51
Tabel 4. 10 Sebaran Data berdasarkan Pekerjaan Ayah	52
Tabel 4. 11 Sebaran Data berdasarkan Pekerjaan Ibu.....	53
Tabel 4. 12 Data Deskriptif Variabel Keberfungsian Keluarga	56
Tabel 4. 13 Hasil Kategorisasi Variabel Keberfungsian Keluarga	57
Tabel 4. 14 Data Deskriptif Variabel Regulasi Emosi Dimensi <i>Cognitive Reappraisal</i>	57
Tabel 4. 15 Hasil Kategorisasi Variabel Regulasi Emosi Dimensi <i>Cognitive Reappraisal</i>	58
Tabel 4. 16 Data Deskriptif Variabel Regulasi Emosi Dimensi <i>Expressive Suppression</i>	58
Tabel 4. 17 Hasil Kategorisasi Variabel Regulasi Emosi Dimensi <i>Expressive Suppression</i>	59
Tabel 4. 18 Hasil Uji Normalitas.....	60
Tabel 4. 19 Hasil Uji Linearitas Variabel Keberfungsian Keluarga dengan Regulasi Emosi Dimensi <i>Cognitive Reappraisal</i>	61
Tabel 4. 20 Hasil Uji Linearitas Variabel Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Emosi Dimensi <i>Expressive Suppression</i>	61
Tabel 4. 21 Hasil Uji Analisis Regresi Sederhana Variabel Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Emosi Dimensi <i>Cognitive Reappraisal</i>	62
Tabel 4. 22 Hasil Uji Analisis Regresi Linear Sederhana Variabel Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Emosi Dimensi <i>Expressive Suppression</i>	63
Tabel 4. 23 Hasil Uji Hipotesis Variabel Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Emosi Dimensi <i>Cognitive Reappraisal</i>	64
Tabel 4. 24 Hasil Uji R-Square	64
Tabel 4. 25 Hasil Uji Hipotesis Variabel Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Emosi Dimensi <i>Expressive Suppression</i>	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran Variabel X dan Variabel Y.....	28
Gambar 4. 1 Grafik Gambaran Responden berdasarkan Jenis Kelamin	Error!
Bookmark not defined.	
Gambar 4. 2 Grafik Gambaran Responden berdasarkan Usia	45
Gambar 4. 3 Grafik Gambaran Responden berdasarkan Angkatan	46
Gambar 4. 4 Grafik Gambaran Responden berdasarkan Jenis Perguruan Tinggi.....	47
Gambar 4. 5 Grafik Gambaran Responden berdasarkan Domisili Perguruan Tinggi. 48	
Gambar 4. 6 Grafik Gambaran Responden berdasarkan Status Tempat Tinggal	50
Gambar 4. 7 Grafik Gambaran Responden berdasarkan Pendidikan Terakhir Ayah . 51	
Gambar 4. 8 Grafik Gambaran Responden berdasarkan Pendidikan Terakhir Ibu.....	52
Gambar 4. 9 Grafik Gambaran Responden berdasarkan Pekerjaan Ayah	53
Gambar 4. 10 Grafik Gambaran Responden berdasarkan Pekerjaan Ibu.....	54



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Uji Coba (<i>Try-Out</i>).....	80
Lampiran 2 Hasil Uji Coba Validitas dan Reliabilitas.....	84
Lampiran 3 Instrumen Penelitian.....	87
Lampiran 4 Data Mentah Instrumen Penelitian.....	90
Lampiran 5 Data Demografi Responden.....	93
Lampiran 6 Hasil Uji Deskriptif.....	97
Lampiran 7 Hasil Uji Normalitas.....	101
Lampiran 8 Hasil Uji Linearitas.....	102
Lampiran 9 Hasil Uji Hipotesis.....	105
Lampiran 10 Daftar Pertanyaan Survei Pendahuluan.....	107

