

SKRIPSI

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP GEJALA *PARENTAL
BURNOUT* PADA IBU BEKERJA DI SEKTOR INFORMAL**



Intelligentia - Dignitas

**Dinda Zhafirah Edrea
1504621020**

**PENDIDIKAN KESEJAHTERAAN KELUARGA
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2025**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Gejala *Parental Burnout* Pada Ibu Bekerja di Sektor Informal
Penyusun : Dinda Zhafirah Edrea
NIM : 1504621020
Tanggal Ujian : 21 Juli 2025

Disetujui oleh:

Pembimbing I,



Reno Irwanto, S.TP., M.Si.
NIP 199009122024061001

Pembimbing II,



Maya Oktaviani, S.Pd., M.Pd.
NIP 199310272019032030

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga



Elmanora, M.Si.
NIP 199003082019032019

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Gejala *Parental Burnout* Pada Ibu Bekerja di Sektor Informal
Penyusun : Dinda Zhafirah Edrea
NIM : 1504621020
Tanggal Ujian : 21 Juli 2025

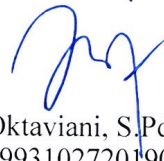
Disetujui oleh:

Pembimbing I,



Reno Irwanto, S.TP., M.Si.
NIP 199009122024061001

Pembimbing II,



Maya Oktaviani, S.Pd., M.Pd.
NIP 199310272019032030

Pengesahan Panitia Ujian Skripsi:

Ketua Penguji



Tarma, M.Pd.
NIP 198110062012121001

Anggota Penguji 1



Hurriyyatun Kabbaro, M.Si.
NIP 199204252022032008

Anggota Penguji II,



Dr. Uswatun Hasanah, M.Si.
NIP 196703261994032001

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga



Elmanora, M.Si.
NIP 199003082019032019

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan Karya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di Perguruan Tinggi lain.
2. Skripsi ini belum dipublikasikan, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan daftar pustaka.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 6 Agustus 2025
Yang membuat pernyataan



Dinda Zhafirah Edrea
NIM 1504621020



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS 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 : Dinda Zhafirah Edrea

NIM : 1504621020

Fakultas/Prodi : Teknik/Pendidikan Kesejahteraan Keluarga

Alamat email : dindazhafirahedrea@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 Regulasi Emosi Terhadap Gejala *Parental Burnout* pada Ibu Bekerja di Sektor Informal

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, 8 Agustus 2025

Penulis

(Dinda Zhafirah Edrea)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat akademik dalam menyelesaikan Program Studi S1 Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Universitas Negeri Jakarta. Dalam skripsi ini, penulis mengangkat judul “Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Gejala *Parental Burnout* Pada Ibu Bekerja”. Penulisan skripsi ini tentu tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis dengan tulus menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Komarudin, M.Si selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta.
2. Prof. Dr. Neneng Siti Silfi Ambarwati, Apt., M.Si selaku Dekan Fakultas Teknik.
3. Ibu Elmanora, M.Si selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, atas dedikasi dan dukungannya selama penulis menjalani proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Reno Irwanto, S.TP., M.Si selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah membimbing, arahan, serta dukungan yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih juga atas semangat dan keyakinan yang bapak sampaikan, bahwa penulis masih memiliki peluang untuk menyelesaikan skripsi dan lulus pada semester ini. Hal tersebut menjadi motivasi besar yang mendorong penulis untuk terus berusaha hingga tugas akhir ini dapat diselesaikan.
5. Ibu Maya Oktaviani, M.Pd selaku Dosen Pembimbing 2. Penulis menyampaikan terima kasih yang tulus atas bimbingan, arahan dan dukungan serta kesabaran Ibu dalam membimbing selama proses penyusunan skripsi ini. Terutama dalam menghadapi penulis yang tidak selalu cepat memahami arahan, Ibu tetap memberikan penjelasan dengan jelas, runtut dan penuh pengertian.
6. Ibu Rafika dan Pak Riswano, M.Pd., selaku dosen validator instrumen penelitian yang telah memberikan arahan dan masukan untuk penyusunan skripsi ini
7. Bapak dan Ibu dosen PKK yang sudah membantu penulis selama kegiatan perkuliahan sampai saat ini.
8. Bapak Malik, M.Pd selaku staff administrasi prodi PKK yang telah banyak membantu dalam surat menyurat dan segala administrasi selama menjalani perkuliahan.
9. Ucapan terima kasih yang mendalam saya sampaikan kepada Almarhumah Mamah tercinta, Iyos Resnowati. Satu tahun telah berlalu sejak kepergian beliau. Namun, sosoknya tetap hidup dalam ingatan dan hati penulis. Nasihat dan kasih sayang yang pernah beliau berikan menjadikan sumber kekuatan dalam menjalankan setiap proses kehidupan penulis, termasuk dalam penyusunan skripsi ini. Meskipun tidak lagi dapat menyaksikan pencapaian ini secara langsung, penulis menyakini bahwa doa dan cinta beliau terus mengiringi setiap langkah. Semoga Allah SWT senantiasa

melapangkan tempat peristirahatan beliau dan mengangkat derajatnya di sisi Nya. Aamiin berlipat ganda.

10. Kepada Bapak Penulis, yang dengan caranya sendiri telah menjadikan bagian dari proses hidup penulis. Meskipun tidak selalu menunjukkan secara langsung, kehadiran dan perannya tetap memberi arti tersendiri dalam perjalanan ini. Semoga Bapak senantiasa diberikan kesehatan dan kebahagiaan.
11. Kepada Rivan Adi Rismanto dan Dita Ananda sebagai Kakak dari penulis. Terima kasih atas semangat dan kesabaran yang senantiasa diberikan, terutama dalam memahami kondisi penulis di tengah proses penyusunan skripsi ini.
12. Kepada keluarga besar, khususnya Ibu Wiwik, Budeh Tinah, Budeh Inah, Mamalin, Mba yanti, atas doa, kasih sayang, serta perhatian yang senantiasa diberikan. Terima kasih atas dukungan moril maupun materil, kebaikan hati dalam memberikan asupan makanan, serta kesediaan merawat penulis dengan penuh ketulusan saat dalam keadaan kurang sehat, segala bentuk perhatian tersebut menjadi bentuk rasa syukur penulis kepada Allah SWT telah menghadirkan keluarga yang luar biasa.
13. Kepada sepupu dan keponakan tersayang, Keinara, Sakha, Jani dan Athaya. Terima kasih selalu menghadirkan tawa, keceriaan dan semangat di tengah kepenatan penulis dalam menyusun skripsi ini.
14. Kepada teman-teman terdekat penulis, yaitu Melvi Damanik, Nasya Fitria Jaya, Fathiya Nurul Karimah, Clarinda Puspongoro. Penulis sampaikan terima kasih atas dukungan, kebersamaan, tawa dan semangat yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Secara khusus kepada salah satu rekan yang paling dekat selama proses ini yang berada dalam bimbingan dosen pembimbing 1 yang sama yaitu Nada Fatin. Terima kasih atas respon yang cepat, kesediaan untuk bertukar informasi, berdiskusi tentang arahan bimbingan serta perhatian yang ditunjukkan dengan mengingatkan menanyakan perkembangan penulis setiap harinya.
15. Teman-teman pa su lovers, yaitu Indri, Shomalla, Dian, Erija, Sarah, Bella, Caca. Terima kasih atas perhatian, semangat dan doa yang senantiasa diberikan. Meskipun masing-masing telah disibukkan dengan kegiatan dan urusan pribadi, komunikasi yang kalian berikan selalu terjalin, terutama saling berkabar mengenai proses penyusunan skripsi dan memberikan motivasi tersendiri bagi penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
16. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Rizkie Akbar Agustian yang menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Berkontribusi banyak dalam penulisan karya tulis ini, baik tenaga dan perhatian yang diberikan. Terima kasih atas kesediaannya untuk menemani di berbagai situasi, memberikan dukungan moril, menghibur di saat penulis merasa lelah, mendengarkan setiap keluh kesah, serta terus menyakinkan penulis untuk tidak menyerah.
17. Kepada teman-teman prodi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga angkatan 2021 yaitu Mevia, Mila, Fatihah, Reni, Ami, Sihah, Lulu, Aisyah, Sinta dan rekan-rekan lainnya yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Terima kasih atas segala bentuk dukungan dan bantuan yang telah diberikan sejak masa aktif perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi ini.

18. Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri, Dinda Zhafirah Edrea, yang telah memilih untuk tetap melangkah meskipun pernah merasa lelah, takut dan hampir menyerah. Kehilangan sosok mama tercinta di tengah perjalanan ini bukan hal yang mudah, terlebih karena menyelesaikan pendidikan tinggi adalah salah satu keinginan besar beliau. Terima kasih telah bertahan dan menyelesaikan apa yang pernah diharapkan almarhumah. Meskipun beliau tidak lagi hadir secara fisik, doa dan kenangan akan cinta kasihnya terus menjadi kekuatan yang mengiringi langkah penulis hingga skripsi ini selesai.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, penulis berharap semoga pengetahuan dan pengalaman yang diperoleh selama menjalankan proposal skripsi dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Jakarta, 6 Agustus 2025

Dinda Zhafirah Edrea



Intelligentia - Dignitas

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP
GEJALA *PARENTAL BURNOUT* PADA IBU BEKERJA
DI SEKTOR INFORMAL**

Dinda Zhafirah Edrea

Dosen Pembimbing: Reno Irwanto, S.TP., M.Si. dan Maya Oktaviani, M.Pd

ABSTRAK

Menjalani peran sebagai ibu rumah tangga sekaligus pekerja menuntut kemampuan ekstra dalam membagi waktu dan energi. Ketidakseimbangan dalam memenuhi kedua tuntutan ini dapat memicu stres yang berujung pada kelelahan dalam pengasuhan anak (*parental burnout*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi terhadap gejala *parental burnout* pada ibu bekerja di sektor informal. Regulasi emosi merupakan salah satu faktor yang berperan dalam kemampuan individu menghadapi tekanan emosional, termasuk dalam peran sebagai orang tua. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif asosiatif. Data dianalisis dengan uji regresi linear sederhana. Sampel penelitian terdiri dari 89 responden, dipilih melalui metode *accidental sampling*. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap gejala *parental burnout* pada ibu bekerja di sektor informal ($F_{hit} > F_{tabel} = 25,392 > 3,949$) dengan model regresi yang diperoleh adalah $\hat{Y} = 80,183 - 0,783X$. Semakin tinggi kemampuan regulasi emosi ibu, semakin rendah tingkat gejala *parental burnout* yang dialami dan ini menunjukkan pengaruh negatif dan sangat signifikan ($p = 0,000 < 0,05$). Adapun kontribusi yang diberikan variabel regulasi emosi sebesar 22,6% (R^2 sebesar 0,226).

Kata Kunci: ibu bekerja, *parental burnout*, regulasi emosi sektor informal

Intelligentia - Dignitas

**THE EFFECT OF EMOTIONAL REGULATION ON PARENTAL
BURNOUT SYMPTOMS IN WORKING MOTHERS
IN THE INFORMAL SECTOR**

Dinda Zhafirah Edrea

Dosen Pembimbing: Reno Irwanto, S.TP., M.Si. dan Maya Oktaviani, M.Pd

ABSTRACT

Carrying out the role of a housewife and worker requires extra ability in managing time and energy. An imbalance in meeting these two demands can trigger stress that leads to exhaustion in childcare (parental burnout). This study aims to determine the effect of emotional regulation on parental burnout symptoms in mothers working in the informal sector. Emotional regulation is one of the factors that plays a role in an individual's ability to deal with emotional stress, including in the role of parents. The approach used is associative quantitative. Data were analyzed using a simple linear regression test. The study sample consisted of 89 respondents, selected through an accidental sampling method. The results of the hypothesis test indicate that there is an effect of emotional regulation on parental burnout symptoms in mothers working in the informal sector ($F_{hit} > F_{table} = 25.392 > 3.949$) with the regression model obtained is $\hat{Y} = 80.183 - 0.783X$. The higher the mother's emotional regulation ability, the lower the level of parental burnout symptoms experienced and this indicates a negative and highly significant effect ($p = 0.000 < 0.05$). The contribution given by the emotional regulation variable was 22.6% (R^2 of 0.226).

Keywords: emotional regulation, informal sector, parental burnout, working mother

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah	8
1.4 Rumusan Masalah	8
1.5 Manfaat Hasil Penelitian	8
1.5.1 Manfaat Teoritis	8
1.5.2 Manfaat Praktis	8
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	10
2.1 Deskripsi Konseptual	10
2.1.1 Definisi Gejala <i>Parental Burnout</i>	10
2.1.1.1 Faktor-Faktor <i>Parental Burnout</i>	11
2.1.1.2 Dimensi <i>Parental Burnout</i>	14
2.1.2 Definisi Regulasi Emosi	15
2.1.2.1 Faktor Regulasi Emosi.....	16
2.1.2.2 Dimensi Regulasi Emosi.....	18
2.2 Hasil Penelitian Relevan	19
2.3 Kerangka Teoritik.....	20
2.4 Hipotesis Penelitian.....	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	23
3.1 Tujuan Penelitian.....	23
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian.....	23
3.3 Metode Penelitian.....	23
3.4 Populasi dan Sampel	23
3.4.1 Populasi.....	23
3.4.2 Sampel	24
3.5 Teknik Pengumpulan Data	25
3.5.1 Instrumen Gejala <i>Parental Burnout</i>	25
3.5.2. Instrumen Regulasi Emosi	28
3.6 Teknik Analisis Data	31
3.6.2 Uji Hipotesis	32
3.6.2.1 Uji Regresi Linear Sederhana	32
3.6.1.2 Uji Signifikansi Regresi.....	33

3.6.1.3 Uji Koefisien Determinasi	33
3.7 Hipotesis Statistika.....	34
BAB IV PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Deskripsi Data.....	35
4.1.1 Karakteristik Responden.....	35
4.1.2 Deskripsi Data Variabel Gejala <i>Parental Burnout</i>	42
4.1.3 Deskripsi Data Variabel Regulasi Emosi	51
4.1.4 Gejala <i>Parental Burnout</i> dan Regulasi Emosi Terhadap Karakteristik Responden.....	56
4.1.4.1 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Usia dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	56
4.1.4.2 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Usia dengan Regulasi Emosi	59
4.1.4.3 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Jumlah Anak dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	60
4.1.4.4 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Jumlah Anak dengan Regulasi Emosi	62
4.1.4.5 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Bantuan Pengasuhan dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	64
4.1.4.6 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Bantuan Pengasuhan dengan Regulasi Emosi	66
4.1.4.7 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Pendidikan dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	67
4.1.4.8 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Pendidikan dengan Regulasi Emosi	70
4.1.4.9 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Jenis Pekerjaan Informal dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	71
4.1.4.10 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Jenis Pekerjaan Informal dengan Regulasi Emosi.....	75
4.1.4.11 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Lama Durasi Kerja dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	79
4.1.4.12 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Lama Durasi Kerja dengan Regulasi Emosi	80
4.1.4.13 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Pendapatan dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	82
4.1.4.14 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Pendapatan dengan Regulasi Emosi	84
4.1.4.15 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Status Pernikahan dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	87
4.1.4.16 Tabulasi Silang dan <i>Chi-Square</i> antara Status Pernikahan dengan Regulasi Emosi	88
4.2 Pengujian Persyaratan Analisis Data.....	89
4.2.1 Uji Normalitas.....	89
4.2.2 Uji Linearitas	90
4.3 Pengujian Hipotesis.....	91
4.3.1 Uji Korelasi.....	91
4.3.2 Uji Koefisiensi Determinasi.....	92
4.3.3 Uji Regresi Linear Sederhana	92

4.3.4 Uji Signifikansi Regresi.....	93
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian	93
4.4.1 Regulasi Emosi pada Ibu Bekerja.....	93
4.4.2 Gejala <i>Parental Burnout</i> pada Ibu Bekerja.....	94
4.4.3 Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Gejala <i>Parental Burnout</i>	96
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	98
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	100
5.1 Kesimpulan	100
5.2 Implikasi.....	100
5.3 Saran.....	101
DAFTAR PUSTAKA.....	103
LAMPIRAN.....	108
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	121



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Data Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja (TPAK) Perempuan menurut Status Perkawinan (PPI,2023)	1
Gambar 1.2 Data Hasil Asia Survey	3
Gambar 2.1 Kerangka Teoritik.....	21
Gambar 4.1 Responden Berdasarkan Usia.....	35
Gambar 4.2 Responden Berdasarkan Jumlah Anak	37
Gambar 4.3 Sebaran Responden Berdasarkan Usia Anak	38
Gambar 4.4 Sebaran Responden Berdasarkan Bantuan Pengasuhan dan Mengurus Rumah saat Bekerja	39
Gambar 4.5 Sebaran Responden Berdasarkan Pendidikan	39
Gambar 4.6 Sebaran Responden Berdasarkan Pekerjaan Informal	40
Gambar 4.7 Sebaran Responden Berdasarkan Lama Bekerja.....	40
Gambar 4.8 Sebaran Responden Berdasarkan Pendapatan Perbulan.....	42
Gambar 4.9 Rata-rata Dimensi pada Variabel Gejala <i>Parental Burnout</i>	50
Gambar 4.10 Rata-rata Dimensi pada Variabel Regulasi Emosi.....	55

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kisi-Kisi Instrumen	26
Tabel 3.2	Jenis Instrumen	26
Tabel 3.3	Kisi-Kisi Instrumen	28
Tabel 3.4	Jenis Instrumen	29
Tabel 4.1	Hasil Pengukuran Responden Berdasarkan Tanggapan Pada Emotional Exhaustion	42
Tabel 4.2	Sebaran Responden Berdasarkan Kategori pada Dimensi Emotional Exhaustion	44
Tabel 4.3	Hasil Pengukuran Responden Berdasarkan Tanggapan pada Dimensi Contrast With Previous Parental Self	45
Tabel 4.4	Sebaran Responden Berdasarkan Kategori pada Dimensi Contrast With Previous Parental Self	46
Tabel 4.5	Hasil Pengukuran Responden Berdasarkan Tanggapan pada Feelings of Being Fed Up	47
Tabel 4.6	Sebaran Responden Berdasarkan Kategori pada Dimensi Feelings of Being Fed Up	48
Tabel 4.7	Hasil Pengukuran Responden Berdasarkan Tanggapan pada Emotional Distancing	49
Tabel 4.8	Sebaran Responden Berdasarkan Kategori pada Dimensi Emotional Distancing	49
Tabel 4.9	Kategorisasi pada Variabel Gejala <i>Parental Burnout</i>	51
Tabel 4.10	Hasil Pengukuran Responden Berdasarkan Tanggapan pada Reappraisal	51
Tabel 4.11	Sebaran Responden Berdasarkan Kategori pada Dimensi Reappraisal	53
Tabel 4.12	Hasil Pengukuran Responden Berdasarkan Tanggapan Pada Suppression	53
Tabel 4.13	Sebaran Responden Berdasarkan Kategori pada Dimensi Suppression	54
Tabel 4.14	Kategorisasi pada Variabel Regulasi Emosi	56
Tabel 4.15	Tabulasi Silang antara Usia dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	57
Tabel 4.16	Hasil Chi-Square antara Usia dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	58
Tabel 4.17	Tabulasi Silang antara Usia dengan Regulasi Emosi	59
Tabel 4.18	Hasil Chi-Square antara Usia dengan Regulasi Emosi	60
Tabel 4.19	Tabulasi Silang antara Jumlah Anak dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	61
Tabel 4.20	Hasil Chi-Square antara Jumlah Anak dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	61
Tabel 4.21	Tabulasi Silang antara Jumlah Anak dengan Regulasi Emosi	62
Tabel 4.22	Hasil Chi-Square antara Jumlah Anak dengan Regulasi Emosi	63
Tabel 4.23	Tabulasi Silang antara Bantuan Pengasuhan dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	64

Tabel 4.24	Hasil Chi-Square antara Bantuan Pengasuhan dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	65
Tabel 4.25	Tabulasi Silang antara Bantuan Pengasuhan dengan Regulasi Emosi	66
Tabel 4.26	Hasil Chi-Square antara Bantuan Pengasuhan dengan Regulasi Emosi	67
Tabel 4.27	Tabulasi Silang antara Pendidikan dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	68
Tabel 4.28	Hasil Chi-Square antara Pendidikan dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	69
Tabel 4.29	Tabulasi Silang antara Pendidikan dengan Regulasi Emosi	70
Tabel 4.30	Hasil Chi-Square antara Pendidikan dengan Regulasi Emosi	71
Tabel 4.31	Tabulasi Silang antara Jenis Pekerjaan Informal dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	72
Tabel 4.32	Hasil Chi-Square antara Jenis Pekerjaan Informal dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	75
Tabel 4.33	Tabulasi Silang antara Jenis Pekerjaan Informal dengan Regulasi Emosi	75
Tabel 4.34	Hasil Chi-Square antara Jenis Pekerjaan Informal dengan Regulasi Emosi	78
Tabel 4.35	Tabulasi Silang antara Lama Durasi Kerja dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	79
Tabel 4.36	Hasil Chi-Square antara Lama Durasi Kerja dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	80
Tabel 4.37	Tabulasi Silang antara Lama Durasi Kerja dengan Regulasi Emosi	81
Tabel 4.38	Hasil Chi-Square antara Lama Durasi Kerja dengan Regulasi Emosi	82
Tabel 4.39	Tabulasi Silang antara Pendapatan dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	82
Tabel 4.40	Hasil Chi-Square antara Pendapatan dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	84
Tabel 4.41	Tabulasi Silang antara Pendapatan dengan Regulasi Emosi	85
Tabel 4.42	Hasil Chi-Square antara Pendapatan dengan Regulasi Emosi	87
Tabel 4.43	Tabulasi Silang dan Chi-Square antara Status Pernikahan dengan Gejala <i>Parental Burnout</i>	87
Tabel 4.44	Tabulasi Silang antara Status Pernikahan dengan Regulasi Emosi	88
Tabel 4.45	Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	90
Tabel 4.46	Hasil Uji Linearitas	91
Tabel 4.47	Hasil Uji Korelasi	91
Tabel 4.48	Uji Koefisiensi Determinasi	92
Tabel 4.49	Hasil Uji Regresi Linear Sederhana	93
Tabel 4.50	Hasil Uji Signifikansi Regresi	93

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Instrumen Penelitian	108
Lampiran 2	Surat Pernyataan Dosen Validator	111
Lampiran 3	Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	113
Lampiran 4	Kisi-kisi Instrumen	115
Lampiran 5	Data Hasil Penelitian	116
Lampiran 6	Pengujian Prasyarat Analisis	118
Lampiran 7	Pengujian Persyarat Hipotesis	119



Intelligentia - Dignitas