

**GAMBARAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA AKHIR
DALAM DISFUNGSI KELUARGA**



Oleh:

Fithri Ardhita Pramesti

1125160418

Psikologi

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2020

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

“Gambaran Regulasi Emosi pada Remaja Akhir dalam Disfungsi Keluarga”

Nama Mahasiswa : Fithri Ardhita Pramesti
Nomor Registrasi : 1125160418
Jurusan/Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 28 Juli 2020

Pembimbing I



Mira Aryani, Ph.D.

NIP. 197512012006042001



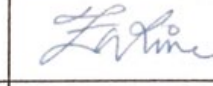


Pembimbing II



Erik, M.Si

NIDK. 8844660018

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Penanggungjawab)*		25/08/2020
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		25/08/2020
Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi (Ketua Penguji)***		21 Agustus 2020
Deasyanti, Ph.D. (Dosen Penguji I)****		21 Agustus 2020
Gita Irianda R.M, S.Psi., M.Psi (Dosen Penguji II)		21 Agustus 2020

Catatan :

*Dekan FPPsi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertandatangan di bawah ini, mahasiswa/i Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta :

Nama : Fithri Ardhita Pramesti

Nomor Registrasi : 1125160418

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Gambaran Regulasi Emosi pada Remaja Akhir dalam Disfungsi Keluarga” adalah :

1. Dikerjakan dan diselesaikan oleh saya sendiri, berlandaskan dengan data yang diperoleh dari hasil penelitian saya pada bulan Juni sampai dengan bulan Juli 2020
2. Tidak merupakan duplikasi atau penggandaan skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis dari orang lain.

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

Jakarta, 20 Juli 2020

Yang Membuat Pernyataan



Fithri Ardhita Pramesti

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Kecantikan yang abadi bukan terletak pada wajah dan pakaian seseorang. Akan tetapi terletak pada kecolokan adab dan ketinggian ilmu yang dimilikinya”

-Buya Hamka-

Skripsi ini dipersembahkan untuk Alm. Bapak yang sudah berada di pelukanNya. Seseorang yang selalu menjadi motivator yang menginspirasi buat saya dalam menjalankan kuliah walaupun tidak sempat menemani hingga di akhir semester ini, namun beliau adalah salah satu alasan untuk saya tetap berusaha menyelesaikan apa yang menjadi tanggung jawab saya ini. Saya persembahkan juga untuk Mama dan Mas Rendy yang selalu memberikan dukungan, kata-kata positif, serta doa yang tak pernah putus kepada saya. Tidak lupa untuk semua orang-orang terkasih yang sangat berpengaruh untuk hidup saya, sahabat hingga teman yang selalu menjadi tempat saya mengeluh dan menyemangati saya dalam kondisi apapun, yang selalu meyakinkan saya bahwa segala sesuatunya pasti bisa saya jalani dan selesaikan.

“Tetap bertahan dan berdiri dengan seribu luka itu tidak mudah, namun segala kerja keras dan usaha ku setidaknya akan ku tunjukkan untuk mereka yang pernah menertawakanku”

-F.A.P-



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 : Fithri Ardhita Pramesti
NIM : 1125160418
Fakultas/Prodi : Psikologi
Alamat email : fithri.ardhita.fa@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 :

Gambaran Regulasi Emosi pada Remaja Akhir dalam Disfungsi Keluarga

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, 3 September 2020

Penulis

(Fithri Ardhita Pramesti)

FITHRI ARDHITA PRAMESTI

**GAMBARAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA AKHIR DALAM
DISFUNGSI KELUARGA**

Skripsi

Jakarta : Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2020

ABSTRAK

Disfungsi keluarga seringkali memiliki dampak tidak hanya kepada orangtua namun juga anak selaku anggota dalam keluarga tersebut. Menyaksikan bahkan mengalami banyaknya permasalahan yang melibatkan penyalahan bahkan penyerangan juga berakibat pada emosi negatif yang seringkali dirasakan oleh anggota keluarga salah satunya pada remaja akhir yang tumbuh dalam disfungsi keluarga. Terdapat remaja akhir dengan emosi negatif yang dirasakan membuatnya kesulitan dalam meregulasikan emosinya. Untuk itu tujuan penelitian ini adalah untuk melihat gambaran dari Regulasi Emosi pada remaja akhir dalam Disfungsi Keluarga. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode pengumpulan data dengan wawancara yaitu wawancara mendalam dan semi terstruktur serta dokumentasi. Dalam penelitian ini wawancara perlu direkam dan dibuat transkrip secara verbatim. Partisipan dalam penelitian ini sebanyak dua orang yaitu 2 orang perempuan remaja akhir dengan usia 21-22 tahun dengan latar belakang keluarga yang mengalami disfungsi dengan tambahan 2 orang *significant other* dari kedua partisipan.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan jika kedua partisipan seringkali merasakan emosi negatif dari kondisi keluarga yang dialaminya akan tetapi mereka memiliki kemampuan dalam regulasi emosi terlihat dari keduanya mampu memenuhi aspek-aspek dari regulasi emosi, yaitu *strategies to emotion regulation, engaging in goal directed behavior, control emotional responses, dan acceptance of emotional responses*. Selain itu terlihat dari faktor-faktor yang memengaruhinya seperti usia, jenis kelamin, kognitif bahkan dukungan sosial nya.

Kata Kunci : Regulasi Emosi, Remaja Akhir, Disfungsi Keluarga

FITHRI ARDHITA PRAMESTI

**EMOTIONAL REGULATION LATE ADOLESCENCE IN
DYSFUNCTIONAL FAMILY**

Undergraduate Thesis

Jakarta : Psychology Major, Faculty of Education Psychology

State University of Jakarta

2020

ABSTRACT

Dysfunctional Family often has an impact not only to parents but also children as members of the family. Witnessing even experiencing many problems involving even attack attacks also resulted in negative emotions that are often perceived by family members of his misled in late adolescents who grew up in dysfunctional family. There was an end teenager with perceived negative emotions making him difficult in regulating his emotions. For that purpose the study was to see an overview of the emotional regulation in late adolescents in dysfunctional family. The method used in this research is using qualitative research methods with a case study approach. Methods of collecting data with interviews are in-depth and semi-structured interviews and documentation. In this research interviews need to be recorded and made transcript verbatim. Participants in this study were two men, 2 teenage women with an age of 21-22 with a family background that experienced dysfunction with additional 2 significant others from both participants.

The results of this study show that if both participants often feel the negative emotions of the family condition that they experienced, but they have the ability in the regulation of visible emotions of both are able to fulfill aspects of the rules of emotion, namely strategies to emotion regulation, engaging in goal directed behavior, control emotional responses, and acceptance of emotional responses. In addition it looks from the affect it factors such as age, gender, cognitive even her social support.

Keywords : Emotional Regulation, Late Adolescence, and Dysfunctional Family

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala berkat dan rahmatNya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi. Keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, saya ingin mengucapkan terimakasih yang tulus kepada :

1. Ibu Mira Aryani, Ph.D, selaku dosen pembimbing pertama yang telah sabar dan sepenuh hati dalam membimbing saya dalam proses pengerjaan skripsi dari mulai pencarian judul hingga sidang, yang selalu menyemangati saya dan seluruh anak-anak bimbingannya.
2. Bapak Erik, M.Si selaku dosen pembimbing kedua saya yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing saya dan anak-anak bimbingannya.
3. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi, selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Bapak Dr. Gungum Gumelar, F.R.,M.Si., selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D., selaku Wakil Dekan II Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
7. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi., selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
8. Kepada seluruh staff administrasi serta karyawan Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta, Bapak Haerudin, Ibu Ifa, Bapak Yudi, Bang Adul, Ibu Dety, Mbak Shanti, serta staff dan karyawan yang lainnya yang telah membantu penulis dalam hal administrasi selama perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

9. Mbak FA, Mbak DK, Mas LF serta Adik WTL beserta keluarga dan kerabat yang telah mempercayakan saya untuk bersedia berbagi cerita dan kisah hidupnya.
10. Ayahanda alm. Sumardi yang sekarang sudah berada disisiNya, yang telah bekerja keras, menghidupi, membesarkan dan mendidik saya serta menyayangi saya dengan ketulusan hatinya serta menjadi alasan untuk saya tetap bertahan dan menjalani kuliah sampai menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih sudah menjadi motivator terbaik dalam hidup saya, dan lelaki berharga dalam hidup saya. Terimakasih pah.
11. Ibunda Titik Trisianti dan Mas Rendy Ardhi Permana yang masih terus berada di samping saya hingga saat ini, menguatkan, mendidik, membesarkan, dan menyayangi saya dengan sepenuh hati. Terimakasih atas segala doa, semangat, kata-kata positif, dan dukungan baik secara moral dan materiil yang telah diberikan kepada saya.
12. Bapak Riyadi Joyokusumo dan keluarga selaku keluarga saya yang juga sangat berjasa dalam hidup saya, terimakasih atas segala dukungan baik secara moral dan juga materiil yang selalu membantu saya hingga saat ini. Terimakasih banyak.
13. Ibu Jumini dan keluarga yang juga merupakan keluarga saya yang sangat membantu dan berjasa dalam hidup saya dan dukungan selama saya mengerjakan skripsi secara moral dan juga materiil hingga saat ini. Terimakasih.
14. Brigita Mutia Monik, yang telah menjadi teman pertama dalam perkuliahan ini dan tetap berada selalu di samping saya dengan segala suka dan duka yang selalu menyemangati saya, selalu memberikan dorongan, dan turut membantu dalam penyusunan Skripsi ini. Terimakasih untuk selalu ada, selalu menjadi tempat saya berbagi kisah senang maupun duka, terimakasih untuk segalanya. Kita bisa melewati ini, dan sampai bertemu di lain cerita!
15. Intan Salwa yang juga menjadi teman yang selalu ada disaat suka dan duka yang selalu menguatkan dan membantu dalam segala kondisi. Terimakasih

untuk selalu ada, terimakasih sudah mendengar setiap luka dan suka. Kita bisa melewati ini, dan sampai bertemu di lain cerita!

16. Chandra Putri Hafidia yang selalu ada, yang sangat perhatian selalu menanyakan kabar saya, selalu mau menjadi tempat saya berbagi keluh dan kesah, selalu memberikan dukungan, terimakasih untuk selalu ada, terimakasih atas segala tawa, kita mampu melewati semuanya dan sampai bertemu di lain kisah!
17. Salsabila Nadhifah keluarga bahkan teman yang selalu ada mendengarkan segala keluhan dan kisah saya tanpa pernah mengeluh bosan dan terus menyemangati saya dalam kondisi apapun. Terimakasih!
18. Teman – teman Kelas B dan Angkatan 2016, terimakasih atas semua kenangan berharga dan bantuannya selama perkuliahan ini dari awal hingga penyusunan skripsi.
19. Teman – teman se bimbingan yang mau saya reportkan dengan banyak pertanyaan dan membantu saya dalam penelitian ini.
20. Semua pihak yang tak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang telah mengisi dan mewarnai kehidupan saya dalam perkuliahan ini yang mau berbagi pengalaman dan bantuan hingga akhir penyusunan skripsi ini.

Jakarta, 20 Juli 2020

Penulis

Fithri Ardhita Pramesti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ...	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktis	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Regulasi Emosi.....	11
2.1.1 Pengertian Regulasi Emosi	11
2.1.2 Aspek-Aspek Regulasi Emosi.....	13
2.1.3 Faktor yang Memengaruhi Regulasi Emosi.....	14
2.2 Remaja Akhir	15
2.2.1 Pengertian Masa Remaja Akhir	15
2.2.2 Perkembangan Remaja Akhir	16
2.3 Disfungsi Keluarga.....	18
2.3.1 Pengertian Disfungsi Keluarga	18
2.3.2 Tipe Disfungsi Keluarga	20
2.3.3 Karakteristik Fungsi dan Disfungsi Keluarga.....	21

2.4	Penelitian Relevan	25
2.5	Kerangka Berpikir	27
BAB III METODE PENELITIAN		29
3.1	Partisipan Penelitian	29
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian	29
3.3	Pendekatan Metode Penelitian Kualitatif yang digunakan.....	31
3.4	Metode Pengumpulan Data	31
3.4.1	Wawancara	31
3.4.2	Dokumentasi	32
3.5	Prosedur Pengumpulan Data	33
3.5.1	Tahap Persiapan	33
3.5.2	Tahap Pelaksanaan	34
3.6	Prosedur Analisis Data	34
3.7	Pemeriksaan atau Pengecekan Keabsahan Data (Triangulasi).....	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		36
4.1	Deskripsi Partisipan.....	36
4.1.1	Gambaran Umum Partisipan I (FA).....	36
4.1.2	Gambaran Umum <i>Significant Other</i> Partisipan I (LF).....	37
4.1.3	Gambaran Umum Partisipan II (DK).....	38
4.1.4	Gambaran Umum <i>Significant Other</i> Partisipan II (WTL)	40
4.2	Temuan Penelitian	42
4.2.1	Temuan Penelitian Partisipan I (FA).....	42
4.2.2	Temuan Penelitian <i>Significant Other</i> Partisipan I (FA).....	57
4.2.3	Temuan Penelitian Partisipan II (DK).....	64
4.2.4	Temuan Penelitian <i>Significant Other</i> Partisipan II (DK).....	84
4.3	Dinamika Psikologis.....	92
4.3.1	Partisipan I (FA).....	92
4.3.2	Partisipan II (DK).....	94
4.4	Pembahasan	96
4.4.1	Gambaran Disfungsi Keluarga.....	96
4.4.2	Gambaran Umum Regulasi Emosi.....	97

4.4.3	Aspek-aspek Regulasi Emosi.....	98
4.4.4	Faktor yang Memengaruhi Regulasi Emosi.....	100
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN		103
5.1	Kesimpulan.....	103
5.2	Implikasi.....	104
5.3	Saran.....	105
5.3.1	Bagi peneliti selanjutnya.....	105
5.3.2	Partisipan Penelitian serta Remaja dalam Disfungsi Keluarga.....	106
5.3.3	Keluarga dan Kerabat Dekat.....	106
DAFTAR PUSTAKA		107
LAMPIRAN.....		112



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tempat dan Waktu Penelitian Partisipan I (FA).....	30
Tabel 3.2 Tempat dan Waktu Penelitian Partisipan II (DK).....	30
Tabel 3.3 Tempat dan Waktu Penelitian <i>Significant Other</i> Partisipan I (FA)	30
Tabel 3.4 Tempat dan Waktu Penelitian <i>Significant Other</i> Partisipan II (DK)	30
Tabel 4.1 Gambaran Umum Partisipan	41
Tabel 4.2 Gambaran Umum <i>Significant Others</i> Partisipan.....	41



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 : Kerangka Berpikir.....28



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Pedoman Wawancara	112
Lampiran 2 : Lembar Persetujuan	120
Lampiran 3 : Verbatim Wawancara	124

