

**HUBUNGAN ANTARA KEBERFUNGSIAN  
KELUARGA DENGAN REGULASI EMOSI PADA  
SISWA 1 TAMBUN UTARA**

**SKRIPSI**

**Oleh:  
Lailatul Qodri  
201910515085**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA  
2023**

**HUBUNGAN ANTARA KEBERFUNGSIAN  
KELUARGA DENGAN REGULASI EMOSI PADA  
SISWA 1 TAMBUN UTARA**

**SKRIPSI**

**Oleh:  
Lailatul Qodri  
201910515085**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA  
2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga  
dengan Regulasi Emosi Pada Siswa  
SMPN 1 Tambun Utara

Nama Mahasiswa : Lailatul Qodri

Nomor Induk Mahasiswa : 201910515085

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Ujian Lulus Skripsi : 17 Juli 2023

Jakarta, 28 Juli 2023

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.

NIDN. 0314078503

Pembimbing II

Dr. Yuarini Wahyu Pertiwi, M.Psi., S.H., Psikolog

NIDN. 0301018405



## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Keberfungsian  
Keluarga dengan Regulasi Emosi Pada  
Siswa SMPN 1 Tambun Utara

Nama Mahasiswa : Lailatul Qodri

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515085

Program Studi/Fakultas : Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 17 Juli 2023

Jakarta, 28 Juli 2023

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Ditta Febrieta, S.Psi., M.A.

NIDN: 0307029001

Penguji I : Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.

NIDN: 0314078503

Penguji II : Dr. Yuarini Wahyu Pertiwi, S.H., M.Psi., Psikolog

NIDN: 0301018405



MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi



Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.

NIDN: 0314078503



Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D.

NIDN: 0026047110

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga dengan Regulasi Emosi Pada Siswa SMPN 1 Tambun Utara ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan difoto copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 28 Juli 2023

Yang Membuat Pernyataan,



Lailatul Qodri

201910515085

## ABSTRAK

**Lailatul Qodri. 201910515085.** Hubungan antara keberfungsian keluarga dengan regulasi emosi pada siswa SMPN 1 Tambun Utara.

Kondisi saat ini, siswa tidak hanya mengalami stress, tetapi mereka tidak mampu menahan beban yang diberikan. Dimulai dari banyaknya tugas yang diberikan, pembelajaran tatap muka yang terlampau lama, dari pagi sampai menjelang sore, dan tuntutan untuk terus mencapai prestasi akademik dengan baik. Karena inilah siswa lebih banyak mengalami stress, depresi hingga bunuh diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keberfungsian keluarga dengan regulasi emosi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan studi komparatif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 1 Tambun Utara. Sampel dalam penelitian ini diambil dari sebagian populasi 100 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah Cluster Random Sampling. Uji validitas yang digunakan adalah validitas isi dan uji reliabilitas menggunakan Cronbach-Alpha. Hasil penelitian menggunakan analisis korelasi menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga dan regulasi emosi dengan taraf 0,984 memperoleh signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang artinya terdapat hubungan antara keberfungsian keluarga dengan regulasi emosi. Hipotesis yang diajukan oleh peneliti dapat diterima dengan menyebutkan adanya hubungan antara keberfungsian keluarga dengan regulasi emosi pada siswa SMPN 1 Tambun Utara.

**Kata Kunci:** Keberfungsian Keluarga, Regulasi Emosi, Siswa.

## ***ABSTRACT***

**Lailatul Qodri. 201910515085.** *The relationship between family functioning and emotional regulation in SMPN 1 Tambun Utara students.*

*In the current conditions, students are not only experiencing stress but cannot withstand the burden given. Starting from the many assignments given, face-to-face learning is too long, from morning to late afternoon, and demands to continue to achieve good academic achievements. Because of this, students experience more stress, depression and suicide. This study aims to determine the relationship between family functioning and emotion regulation. The method used in this research is a quantitative method with comparative studies. The population in this study were students of SMPN 1 Tambun Utara. The sample in this study was taken from a portion of the population of 100 respondents. The sampling technique used is Cluster Random Sampling. The validity test used is content validity and reliability test using Cronbach-Alpha. The results of the study using correlation analysis showed that family functioning and emotional regulation with a level of 0.984 obtained a significance of 0.000 ( $p < 0.05$ ), which means that there is a relationship between family functioning and emotional regulation. The hypothesis put forward by the researcher can be accepted by stating that there is a relationship between family functioning and emotional regulation in students of SMPN 1 Tambun Utara.*

**Keywords:** *The relationship between family functioning, emotional regulation, students.*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya, sehingga pada akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga Dengan Regulasi Emosi Pada Siswa SMPN 1 Tambun Utara” dengan sangat baik, walaupun pada proses pelaksanaannya banyak terdapat kendala, namun semua tidak ada artinya jika dibandingkan dengan pelajaran yang peneliti dapatkan selama proses penyusunan skripsi.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari bahwa kelancaran dalam penyusunan materi ini tidak lain berkat bantuan, dorongan dan bimbingan beberapa pihak, sehingga kendala-kendala yang peneliti hadapi dapat teratasi. Oleh karena itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi
2. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., M.A selaku dosen pembimbing 1
3. Ibu Dr. Yuarini Wahyu Pertiwi, S.H., M.Psi., Psikolog. Selaku dosen pembahas yang telah memberikan masukan dan kritik terhadap peneliti sehingga skripsi ini menjadi lebih baik.
4. Ibu Sarita Candra Merida M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing akademik.
5. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dan memberikan banyak ilmu.
6. Keluarga peneliti, Ayah, Umi, kak Naimah, Luthfi, Radit dan Okin yang telah menjadi motivasi peneliti sehingga dapat menyelesaikan kuliah dan skripsi ini.
7. Ajeng Yistiani, Nurul Khaira, Olivia Shafira S.Psi, Sallsabilla Goema, dan Zahra Aqilah yang telah menjadi support system dan menjadi tempat keluh kesah sehingga peneliti tetap semangat dalam menyelesaikan skripsi.
8. M.Iqbal Fuady, yang selalu memberikan dukungan, dan menemani peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi.



9. Rekan-rekan satu bimbingan skripsi yang sudah membantu satu sama lain dalam pengerjaan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna karena keterbatasan ilmu secara wawasan peneliti, namun peneliti berusaha memberikan yang terbaik dalam mengerjakan skripsi ini. Peneliti sangat berterimakasih dan menerima semua kritik dan saran dengan ikhlas untuk perbaikannya.

Jakarta, 28 Juli 2023



Lailatul Qodri

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b><i>ABSTRACT</i> .....</b>	<b><i>vi</i></b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian .....	9
1.4 Tujuan Penelitian .....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	9
1.4.2 Manfaat Praktis .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>11</b>
2.1 Regulasi Emosi .....	11
2.1.1 Definisi Regulasi Emosi .....	11
2.1.2 Apek-Aspek Regulasi Emosi.....	12
2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Emosi .....	13

2.1.4	Alat Ukur Yang Digunakan.....	14
2.2	Keberfungsian Keluarga .....	14
2.2.1	Definisi Keberfungsian Keluarga .....	14
2.2.2	Aspek-aspek Keberfungsian Keluarga.....	15
2.2.3	Faktor-faktor Keberfungsian Keluarga .....	16
2.2.4	Alat Ukur Yang Digunakan.....	18
2.3	Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga dengan Regulasi Emosi .....	18
2.4	Hipotesis Penelitian .....	20
2.5	Kerangka Berpikir .....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>21</b>
3.1	Tipe Penelitian .....	21
3.2	Identifikasi Variabel Penelitian.....	21
3.2.1	Variabel Dependent.....	21
3.2.2	Variabel Independent .....	21
3.3	Definisi Operasional Variabel.....	21
3.3.1	Regulasi Emosi .....	21
3.3.2	Keberfungsian Keluarga .....	22
3.4	Populasi Penelitian.....	22
3.4.1	Populasi Penelitian.....	22
3.4.2	Sampel dan Sampling .....	22
3.5	Teknik Pengumpulan Data.....	23
3.5.1	Instrumen Penelitian .....	24
3.5.2	Validitas dan Reliabilitas Penelitian .....	27
3.6	Analisis Data.....	29

<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>30</b>
4.1 Profil Responden Penelitian .....	30
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	30
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	30
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	31
4.2.3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian.....	31
4.3 Hasil Penelitian.....	34
4.3.1 Profil Demografis .....	34
4.3.2 Uji Asumsi Dasar .....	35
4.3.3 Kategorisasi Penelitian .....	35
4.3.4 Uji Hipotesis .....	39
4.4 Diskusi Pembahasan .....	40
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>43</b>
5.1 Kesimpulan .....	43
5.2 Saran .....	43
5.2.1 Saran Teoritis .....	43
5.2.2 Saran Praktis .....	43
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>45</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>49</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Penilaian pernyataan favorable dan unfavorable.....	24
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Regulasi Emosi .....	25
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Keberfungsian Keluarga.....	26
Tabel 3. 4 Klasifikasi Indeks Daya Beda Item.....	28
Tabel 3. 5 Klasifikasi Skor Reliabilitas.....	29
Tabel 4. 1 Profil Responden Penelitian Berdasarkan Usia.....	30
Tabel 4. 2 Validitas Regulasi Emosi.....	32
Tabel 4. 3 Validitas Keberfungsian Keluarga.....	33
Tabel 4. 4 Reliabilitas.....	34
Tabel 4. 5 Tabel Profil Demografis .....	34
Tabel 4. 6 Hasil Uji Asumsi Dasar .....	35
Tabel 4. 7 Rumus Kategorisasi.....	35
Tabel 4. 8 Kategorisasi Skor Regulasi Emosi .....	37
Tabel 4. 9 Kategorisasi Skor Keberfungsian Keluarga .....	39
Tabel 4. 10 Hasil Uji Korelasi.....	39

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir .....	20
-------------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Surat Izin Penelitian.....	50
Lampiran 1. 2 Surat Balasan Telah Melakukan Penelitian .....	51
Lampiran 1. 3 Skala Penelitian Keberfungsian Keluarga .....	52
Lampiran 1. 4 Skala Penelitian Regulasi Emosi .....	54
Lampiran 1. 5 <i>Screenshot Google Form</i> .....	56
Lampiran 1. 6 Validitas Regulasi Emosi .....	57
Lampiran 1. 7 Validitas Keberfungsian Keluarga .....	59
Lampiran 1. 8 Reliabilitas Skala Regulasi Emosi.....	60
Lampiran 1. 9 Reliabilitas Skala Keberfungsian Keluarga.....	60
Lampiran 1. 10 Uji Normalitas .....	60
Lampiran 1. 11 Uji Linieritas .....	61
Lampiran 1. 12 Kategorisasi Regulasi Emosi.....	61
Lampiran 1. 13 Kategorisasi Keberfungsian Keluarga .....	61
Lampiran 1. 14 Uji Korelasi.....	62
Lampiran 1. 15 Profil Responden .....	62
Lampiran 1. 16 Tabulasi Variabel Regulasi Emosi .....	63
Lampiran 1. 17 Tabulasi Variabel Keberfungsian Keluarga .....	65