

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN
KESADARAN DIRI PADA MASYARAKAT DALAM
MENANGGAPI BANTUAN SOSIAL DI KELURAHAN
BEKASIJAYA**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Oleh:

Devi Nanda

201710515012



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
TAHUN 2022**



LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Regulasi Emosi Dengan Kesadaran Diri
Pada Masyarakat Dalam Menanggapi Bantuan Sosial di
Kelurahan Bekasi Jaya

Nama Mahasiswa : Devi Nanda
Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515012
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 19 Juli 2022

Bekasi, 25 Juli 2022

MENYETUJUI,

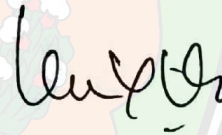
Pembimbing I

Pembimbing II



Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0327068402



Lenny Utama Afriyenti, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0329048504

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Regulasi Emosi Dengan Kesadaran Diri
Pada Masyarakat Dalam Menanggapi Bantuan Sosial di
Kelurahan Bekasi Jaya

Nama Mahasiswa : Devi Nanda

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515012

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 19 Juli 2022

Bekasi, 25 Juli 2022

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Budi Sarasati S.KM., M.Si

NIDN. 0420106702

Penguji I : Lenny Utama Afriyenti M.Psi., Psikolog

NIDN. 0329048504

Penguji II : Rika Fitriyana M.Psi., Psikolog

NIDN. 0327068402

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi



Yulia Fitriani, S.Psi., M.A

NIDN. 0314078503



Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., PhD

NIDN. 0026047110

LEMBAR PENYATAAN

Dengan ini saya menyatakan:

Skripsi yang berjudul “Hubungan Regulasi Emosi Dengan Kesadaran Diri Pada Masyarakat Dalam Menanggapi Bantuan Sosial Di Kelurahan Bekasi Jaya” 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 dikemudian 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, 25 Juli 2022

Yang membuat pernyataan,



Devi Nanda

NPM. 201710515012

ABSTRAK

Devi Nanda. 201710515012 Hubungan Regulasi Emosi Dengan Kesadaran Diri Pada Masyarakat Dalam Menanggapi Bantuan Sosial Di Kelurahan Bekasijaya.

Penelitian ini beranjak dari permasalahan dalam penyaluran bantuan sosial pemerintah baik sebelum maupun pada saat pandemi yang membuat penyaluran bantuan sosial menjadi tidak efektif sampai ke masyarakat, perihal penerimaan bantuan sosial tunai pada masyarakat perlu adanya tingkat kesadaran diri yang mampu memberikan pemahaman bahwa pemberian bantuan sosial wajib tepat pada sasaran dengan adanya kesadaran diri, maka akan memperluas pengendalian seseorang terhadap hidup mereka dan bagaimana cara mengambil keputusan yang baik dalam hidup. Untuk mencapai tahap pembentukan kesadaran diri, setiap individu dapat mengelola emosi-emosi yang ada pada dirinya sehingga dapat terkendali, maka peneliti berasumsi bahwa regulasi emosi memiliki hubungan dengan kesadaran diri individu dalam menanggapi bantuan sosial pemerintah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya Hubungan antara regulasi emosi terhadap kesadaran diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek pada penelitian ini yaitu masyarakat di kelurahan Bekasijaya sebanyak 56.462 jiwa dengan sampel 140 melalui proses olah karakteristik. Alat ukur yang digunakan berupa dua skala yaitu regulasi emosi dan kesadaran diri. Kedua alat ukur tersebut telah melalui uji validitas daya beda item dan uji reliabilitas menggunakan alpha cronbach yang dilakukan melalui program SPSS Version. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat Hubungan antara regulasi emosi terhadap kesadaran diri dengan koefisien korelasi sebesar 0,800** dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Artinya, jika regulasi emosi tinggi, maka kesadaran diri tinggi, begitupun sebaliknya, jika regulasi emosi rendah, maka kesadaran diri rendah.

Kata Kunci: Kesadaran Diri, Masyarakat, Regulasi Emosi

ABSTRACT

Devi Nanda. 201710515012 *The Relationship between Emotion Regulation and Self-Awareness in the Community in Responding to Social Assistance in Bekasijaya Village.*

This research departs from problems in the distribution of government social assistance both before and during the pandemic which made the distribution of social assistance ineffective to the community, regarding the acceptance of cash social assistance to the community, it is necessary to have a level of self-awareness that is able to provide an understanding that the provision of social assistance must be appropriate. on target with self-awareness, it will expand a person's control over their life and how to make good decisions in life. To reach the stage of forming self-awareness, each individual can manage the emotions that exist in him so that they can be controlled, so the researcher assumes that emotion regulation has a relationship with individual self-awareness in response to government social assistance. The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between emotion regulation and self-awareness. This study uses a quantitative approach. The subjects in this study were the community in Bekasijaya village as many as 56,462 people with a sample of 140 through a process of characteristic processing. The measuring instrument used is in the form of two scales, namely emotional regulation and self-awareness. The two measuring instruments have been through the validity of the item discriminating power test and the reliability test using Cronbach's alpha which was carried out through the SPSS Version program. The results in this study indicate that there is a relationship between emotional regulation and self-awareness with a correlation coefficient of 0.800~ with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). That is, if emotion regulation high, then self-awareness is high, and vice versa, if emotion regulation low, then self-awareness is low.

Keywords: *Emotion Regulation, Self Awareness, Society*

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirahim.

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur kita panjatkan kehadiran Allah SWT, karena atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penyusunan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu penulis ingin mengucapkan terimakasih sedalam-dalamnya kepada :

1. Bapak Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., PhD. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog selaku Dosen pembimbing skripsi yang memberikan arahan dan bimbingannya selama penyusunan skripsi berlangsung.
3. Responden atas ketersediaan dan bantuannya untuk mengisi kuesioner penelitian ini.
4. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., MA selaku Ketua Program studi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dan Dosen Pembimbing Akademik.
5. Kedua orang tua, Mama dan Ayah yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan tiada henti sampai bisa dititik ini.
6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memberikan bekal ilmu kepada

penulis.

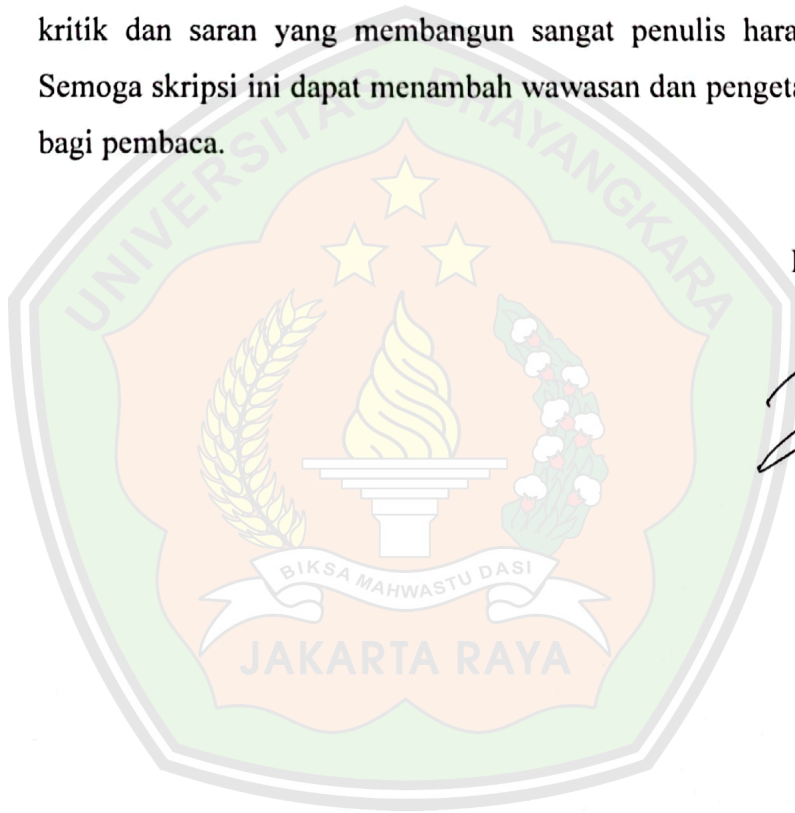
7. Teman-teman B1 Psikologi yang selalu memberikan dukungan, khususnya Setiadi Ishak Maulana, Dean Septiansyah dan Fauziah SekarUtami.

Semoga amal baik mereka mendapatkan balasan dari Allah SWT dengan balasan berlipat ganda. Penulis menyadari dengan segala keterbatasan dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi pembaca.

Bekasi, 30 Juni 2022



Devi Nanda



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACK	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	11
1.4 Manfaat Penelitian.....	12
1.4.1 Manfaat Teoritis	12
1.4.1 Manfaat Praktis	12
BAB II	13
TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1 Kesadaran Diri.....	13
2.1.1. Definisi Kesadaran diri	13
2.1.2. Aspek-Aspek Kesadaran Diri.....	14

2.1.3	Faktor-Faktor Kesadaran Diri	15
2.1.4	Alat Ukur Yang Digunakan	16
2.2	Regulasi Emosi.....	16
2.2.1.	Definisi Regulasi Emosi.....	17
2.2.2.	Aspek-Aspek Regulasi Emosi.....	17
2.2.3.	Faktor-Faktor Regulasi Emosi	18
2.2.4	Alat Ukur Yang Digunakan	19
2.2	Hubungan Antara Kesadaran Diri Dengan Regulasi Emosi.....	19
2.3	Hipotesis Penelitian.....	22
2.3.2	Hipotesis Alternatif (Ha):.....	22
2.3.3	Hipotesis Null (H0):.....	22
2.4	Kerangka Berpikir	22
BAB III		23
METODE PENELITIAN		23
3.1	Tipe Penelitian.....	23
3.2	Identifikasi Variabel Penelitian	23
3.2.1	Variabel Bebas	24
3.2.2	Variabel Terikat	24
3.3	Definisi Operasional Variabel Penelitian	24
3.3.1	Definisi Operasional Kesadaran Diri	24
3.3.2	Definisi Operasional Regulasi Emosi	25
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian	25
3.4.1	Populasi.....	25
3.4.2	Sampel.....	25
3.5	Teknik Pengumpulan Data	27

3.5.1	Instrumen Penelitian.....	28
3.5.2	Validitas dan Reliabilitas	28
3.6	Analisis Data	30
BAB IV		31
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		31
4.1	Profil Responden Penelitian	31
4.2	Pelaksanaan Penelitian	32
4.3	Hasil Penelitian.....	35
4.4	Diskusi Dan Pembahasan	42
BAB V		44
KESIMPULAN DAN SARAN		44
5.1	Kesimpulan.....	44
5.2	Saran	44
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Nilai Indeks Diskriminasi Aitem.....	32
Tabel 3.2 Klasifikasi Skor Reliabilitas.....	33
Tabel 4.1 Profil Responden Penelitian	34
Tabel 4.2 Validitas Skala Kesadaran Diri	35
Tabel 4.3 Validitas Skala Regulasi Emosi	36
Tabel 4.4 Reabilitas Skala Penelitian	37
Tabel 4.5 Deskripsi Statistik Variabel Kesadaran Diri	38
Tabel 4.6 Kategorisasi Skor Variabel Kesadaran Diri	39
Tabel 4.7 Hasil Kategorisasi Skor Variabel Kesadaran Diri.....	39
Tabel 4.8 Deskripsi Statistik Variabel Regulasi Emosi.....	41
Tabel 4.9 Kategorisasi Skor Variabel Regulasi Emosi	41
Tabel 4.10 Hasil Kategorisasi Skor Variabel Regulasi Emosi.....	42
Tabel 4.11 Hasil Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	22
---	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Skala Uji Coba
Lampiran 2	Tabulasi Data Try Out
Lampiran 3	Hasil Validitas dan Reabilitas
Lampiran 4	Skala Penelitian
Lampiran 5	Tabulasi Data Penelitian
Lampiran 6	Hasil Uji Asumsi
Lampiran 7	Hasil Uji Hipotesis
Lampiran 8	Surat Riset Mahasiswa
Lampiran 9	Kartu Bimbingan Skripsi

