

**Hubungan Regulasi Emosi Dengan Parenting Stress Pada Ibu
Yang Bekerja Sebagai Perawat Di Rumah Sakit X**

SKRIPSI

Disusun Oleh :

Firstya Thurfah V

202010515178



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

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

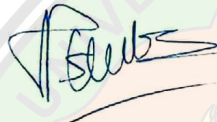
Judul Skripsi : Hubungan Regulasi Emosi Dengan *Parenting Stress*
Pada Ibu yang Bekerja Sebagai Di Rumah Sakit X
Nama Mahasiswa : Firstya Thurfah V
Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515178
Program Studi : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 25 Juni 2024

Jakarta, 25 Juni 2024

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II



Sandra Adetya, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0313128901

Dr. Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0326107706



LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Regulasi Emosi Dengan *Parenting Stress* pada Ibu yang Bekerja sebagai Perawat di Rumah Sakit X
Nama Mahasiswa : Firstya Thurfah V
Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515178
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 25 Juni 2024

Jakarta, 25 Juni 2024


MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr. Netty Merdiaty, MM., M.Si
NIDN. 0321126303
Penguji I : Sandra Adetya, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0313128901
Penguji II : Dr. Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0326107706

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi


Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.
NIDN. 0314078503


Prof. Adi Fahrudin, Ph.D
NIDN. 0012016608

Lembar Pernyataan

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan Regulasi Emosi Dengan *Parenting Stress* Pada Ibu Yang Bekerja Sebagai Perawat di Rumah Sakit X 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, 25 Juni 2024

Yang Membuat Pernyataan,



Firstya Thurfah Vieri

(202010515178)

ABSTRAK

Firstya Thurfah V, 202010515178. Hubungan Regulasi Emosi Dengan *Parenting Stress* Pada Ibu Yang Bekerja Sebagai Perawat di Rumah Sakit X.

Parenting stress atau stress dalam pengasuhan merupakan suatu kecemasan dan ketegangan yang kerap dialami oleh orangtua, terutama kepada ibu yang bekerja sambil mengurus rumah, hal tersebut dapat terjadi karena banyak factor. Salah satu factor yang dapat mempengaruhi stress dalam pengasuhan yaitu kemampuan ibu dalam mengelola emosi negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan *parenting stress* pada ibu yang bekerja sebagai perawat di rumah sakit X dengan memperoleh subjek sebanyak 106 subjek. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan tujuan untuk melihat hubungan antara kedua variable, dan dalam proses analisis data menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS versi 25. Berdasarkan hasil uji korelasi, didapatkan nilai signfikansi 0,135 atau dapat diartikan $(p) > 0,05$, maka dinyatakan bahwa kedua variable tidak memiliki hubungan yang signifikan karena memiliki arah hubungan positif yang sangat lemah.

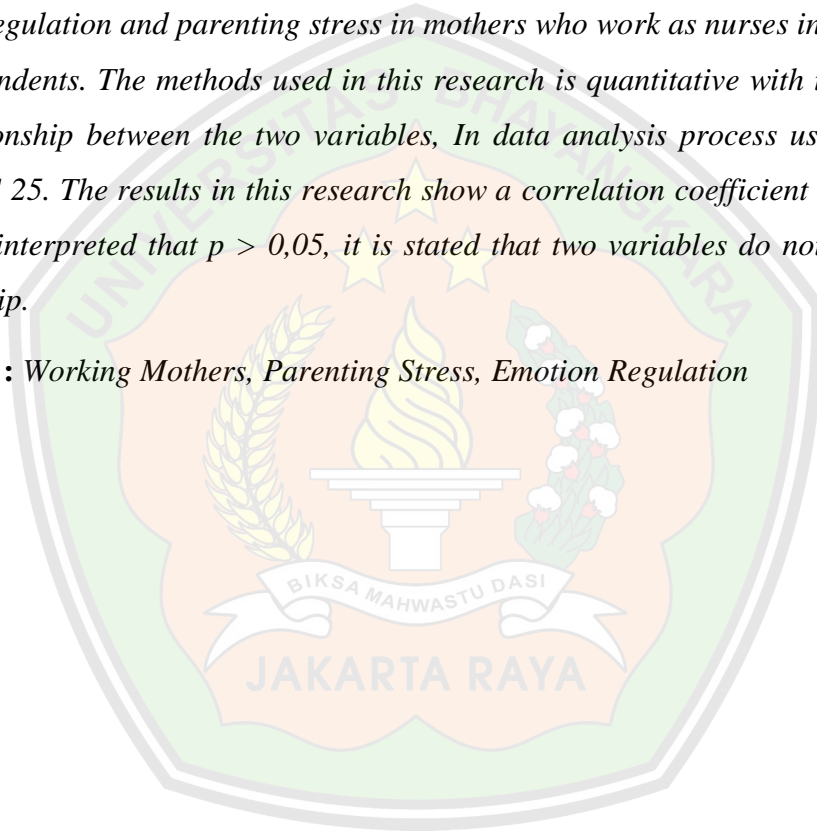
Kata Kunci : Ibu yang bekerja, *Parenting Stress*, dan Regulasi Emosi

ABSTRACT

Firstya Thurfah V, 202010515178. *The Relationship Between Emotion Regulation and Parenting Stress in mothers who work as nurses in X hospital.*

Parenting stress is an anxiety and tension that is often experienced by parents, especially for mothers who work while taking care of the house, it can occur due to many factors. One of the factors that can affect stress in parenting is the mother's ability to manage negative emotions. This research aims to determine the relationship between emotion regulation and parenting stress in mothers who work as nurses in X hospital using 106 respondents. The methods used in this research is quantitative with the aim of seeing the relationship between the two variables, In data analysis process using with helm of IBM SPSS 25. The results in this research show a correlation coefficient value of 0,135 or it can be interpreted that $p > 0,05$, it is stated that two variables do not have significant relationship.

Keywords : *Working Mothers, Parenting Stress, Emotion Regulation*



KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya, sehingga pada akhirnya peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul "Hubungan Regulasi Emosi Dengan *Parenting Stress* Pada Ibu yang Bekerja Sebagai Perawat di Rumah Sakit X" untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya 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 terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Adi Fahrudin, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Sandra Adetya, M. Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing 1 yang selalu bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan arahan, masukan serta kritikan kepada peneliti agar bisa menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
3. Ibu Dr. Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing 2 yang telah bersedia memberikan masukan serta kritikan pada penelitian ini.
4. Seluruh responden yang telah bersedia dan meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner yang peneliti buat.
5. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., M.A selaku kepala Prodi Fakultas Psikologi.
6. Bapak Rijal Abdillah, S.Psi., M.A selaku dosen pembimbing akademik.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dan memberikan banyak ilmu, serta seluruh staff fakultas Psikologi

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dalam pengurusan administrasi akademik selama perkuliahan.

8. Kepada keluarga yaitu bunda Oktavianna dan ayah Arie serta om ovie yang selalu setia mendukung peneliti dan tiada henti memberikan doa dan dukungan secara finansial agar peneliti bisa menyelesaikan proses penelitian dan perkuliahan ini dengan baik. Kepada adik peneliti, Farrel (Cikal) yang juga memberikan dukungan dan selalu menghibur peneliti.
9. Terima kasih kepada Enisa Zahrotunnikha, Syafira Resvany, Balqis Isna, Dyah Tiarannisa, Siti Rodiyah, Aulia Azzahara, Indah Sekar Rini dan seluruh teman A4 selaku teman peneliti yang selalu membantu dan memberikan dukungan kepada peneliti dalam proses penelitian.
10. Kepada diri sendiri, Firstya Thurfah. Terima kasih karena telah berjuang dan bertahan sampai dititik ini. Semoga peneliti tetap rendah hati dan tidak pernah merasa puas dalam berproses untuk menjadi lebih baik.

Bekasi, 12 Juni 2024



Firstya Thurfah V

Daftar Isi :

ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
Daftar Isi :	ix
Daftar Tabel :	xii
Daftar Gambar :	xiii
Daftar Lampiran :	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	10
1.3 Tujuan Penelitian.....	12
1.4 Manfaat Penelitian.....	12
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	12
1.4.2 Manfaat Praktis.....	12
BAB II	13
TINJAUAN PUSTAKA	13
2.1 Uraian Variabel.....	13
2.1.1 Parenting Stress.....	13
2.1.1.1 Definisi Parenting Stress.....	13
2.1.1.2 Aspek Parenting Stress.....	14
2.1.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Parenting Stress.....	15
2.1.1.4 Alat Ukur Parenting Stress.....	17
2.1.2 Regulasi Emosi.....	18
2.1.2.1 Definisi Regulasi Emosi.....	18
2.1.2.2 Strategi-strategi Regulasi Emosi.....	19
2.1.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Emosi.....	19
2.1.2.4 Alat Ukur Regulasi Emosi.....	20
2.2 Hubungan Antar Variabel.....	20

2.3 Hipotesis Penelitian	22
2.4 Kerangka Berpikir Penelitian	22
BAB III	23
METODE PENELITIAN	23
3.1 Tipe Penelitian.....	23
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	23
3.2.1 Variabel Bebas atau Variabel Independen (X)	23
3.2.2 Variabel Terikat atau Variabel Dependen (Y)	24
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	24
3.3.1 Definisi Operasional <i>Parenting Stress</i>	24
3.3.2 Definisi Operasional Regulasi Emosi.....	24
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian.....	24
3.4.1 Populasi Penelitian	24
3.4.2 Sampel dan Sampling Penelitian.....	25
3.4.2.1 Sampel Penelitian	25
3.4.2.2 Teknik Pengambilan Sampel.....	25
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	26
3.5.1 Instrumen Penelitian.....	26
3.5.1.1 Blue Print Skala Parenting Stress.....	27
3.5.1.2 Blue Print Skala Regulasi Emosi	28
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian	28
3.5.2.1 Validitas	28
3.5.2.2 Reliabilitas	29
3.6 Analisis Data	30
3.6.1 Uji Asumsi	30
3.6.1.1 Uji Normalitas	30
3.6.1.2 Uji Linearitas	30
3.6.1.3 Uji Korelasi	30
BAB IV	32
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
4.1 Profil Responden Penelitian	32
4.2 Pelaksanaan Penelitian	32

4.2.1 Persiapan Penelitian	32
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	33
4.2.3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian	33
4.2.3.1 Validitas Alat Ukur	33
4.2.3.2 Reliabilitas	35
4.3 Hasil Penelitian.....	35
4.3.1 Profil Demografis	36
4.3.2 Uji Asumsi Dasar	36
4.3.2.1 Uji Normalitas	36
4.3.2.2 Uji Linearitas	37
4.3.3 Kategorisasi Penelitian	38
4.3.3.1 Kategorisasi Variabel Parenting Stress	38
4.3.3.2 Kategorisasi Variabel Regulasi Emosi.....	40
4.3.4 Uji Hipotesis	42
4.3.4.1 Uji Korelasi	42
4.4 Diskusi dan Pembahasan.....	44
BAB V	48
KESIMPULAN DAN SARAN.....	48
5.1 Kesimpulan.....	48
5.2 Saran	48
5.2.1 Saran Praktis	48
5.2.2 Saran Teoritis	49
Daftar Pustaka :	50
Lampiran.....	55

Daftar Tabel :

Tabel 3.1 Alternatif Jawaban.....	27
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Parenting Stress</i>	27
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Skala Regulasi Emosi	28
Tabel 4. 1 Validitas <i>Parenting Stress</i>	34
Tabel 4. 2 Validitas Regulasi Emosi.....	34
Tabel 4. 3 Uji Reliabilitas.....	35
Tabel 4. 4 Klasifikasi Skor Reliabilitas.....	35
Tabel 4. 5 Hasil Hitung Skala Penelitian	36
Tabel 4. 6 Uji Normalitas	37
Tabel 4. 7 Uji Linearitas.....	38
Tabel 4. 8 Deskripsi Statistik Variabel <i>Parenting Stress</i>	39
Tabel 4. 9 Kategorisasi Variabel <i>Parenting Stress</i>	40
Tabel 4. 10 Deskripsi Statistik Variabel Regulasi Emosi	41
Tabel 4. 11 Kategorisasi Variabel Regulasi Emosi	42
Tabel 4. 12 Uji Korelasi	43
Tabel 4. 13 Tingkat Korelasi dan Hubungan.....	44

Daftar Gambar :

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....22



Daftar Lampiran :

Lampiran 1 - Kartu Bimbingan Skripsi.....	56
Lampiran 2 – Cek Plagiarisme	57
Lampiran 3 – Daftar Pernyataan Survei Awal.....	58
Lampiran 4 – Skala <i>Parenting Stress</i>	59
Lampiran 5 – Skala Regulasi Emosi.....	61
Lampiran 6 – Surat Izin Penelitian	62
Lampiran 7 – Surat Balasan Izin Penelitian	63
Lampiran 8 – Perizinan Skala <i>Parenting Stress</i>	64
Lampiran 9 – Perizinan Skala Regulasi Emosi.....	65
Lampiran 10 – Perhitungan Sampel Menggunakan Aplikasi <i>G-power</i>	66
Lampiran 11 – Bukti <i>Google Form</i> Uji Coba Alat Ukur.....	67
Lampiran 12 – Bukti Kuesioner <i>Google Form</i>	68
Lampiran 13 – Bukti Penyebaran Link Kuesioner	69
Lampiran 14 – Tabulasi Data Variabel Y (<i>Parenting Stress</i>)	70
Lampiran 15 - Tabulasi Data Variabel X (Regulasi Emosi)	73
Lampiran 16 – Uji Statistik	76