

ABSTRAK

Inas Fauziah. 170541100070. Pengaruh Harga Diri terhadap Regulasi Emosi pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura. 2022.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh harga diri terhadap regulasi emosi pada remaja dengan orang tua bercerai. Penelitian ini penting dilakukan karena konflik yang terjadi sebelum dan sesudah perceraian memengaruhi kondisi psikologis remaja, terutama pada kondisi emosional. Selain itu, perceraian yang dialami orang tua membuat remaja memiliki kecenderungan untuk memandang diri sendiri dan keluarga secara negatif. Adanya konflik yang terjadi membuat remaja belajar mengenali diri sendiri dengan cara memberikan evaluasi terhadap diri sendiri. Remaja yang berhasil menghadapi situasi sulit dan tidak lari dari masalah dapat memberikan penilaian diri yang baik. Penilaian diri yang dilakukan membuat remaja dapat meningkatkan harga diri yang dimiliki. Hal tersebut akan berdampak pada respon yang diberikan. Remaja mampu memberikan respon sesuai dengan kondisi yang terjadi. Remaja juga memiliki kesadaran terkait dengan apa yang dirasakan sehingga mampu meningkatkan kemampuan regulasi emosi. Penelitian ini dilakukan kepada 84 remaja dengan orang tua bercerai dengan rentang usia 12-18 tahun. Instrumen dalam penelitian ini yaitu skala harga diri dan skala regulasi emosi. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji regresi linier sederhana dengan bantuan *SPSS 23.00 for Windows*. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai $F=57,527$ dengan signifikansi 0,000. Nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) artinya hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara harga diri terhadap regulasi emosi. Variabel harga diri berkontribusi sebesar 41,2% terhadap regulasi emosi, dan sisanya sebesar 58,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata kunci: harga diri, regulasi emosi, remaja, orang tua bercerai

ABSTRACT

Inas Fauziah. 170541100070. *The Effect of Self-Esteem on Emotion Regulation in Adolescents with Divorced Parents. Psychology Study Program, Faculty of Social and Cultural Sciences, Trunojoyo University, Madura. 2022.*

The purpose of this study is to explain about the effect of self-esteem on emotion regulation in adolescenescs with divorce parents. This study is important because the conflicts tha are occurred before and after the divorce can affect the adolescent's psychological condition, especially the emotional condition. Moreover, the divorced parents can make their children have a tendency to view themselves and their family negatively. The conflicts that occur can make the children learn to see themselves by using evaluations on themselves. Adolescents who have successfully dealt with the difficult situations and their problems without running away from it can give themselves a good self-assessment. A good self-assessment can increase their self-esteem. It will influence how they give responses, because adolescents are able to respond according to their current conditions. Adolescents also have awareness towards what they feel in order to be able to increase their ability in regulating their emotion. This study is conducted to 84 adolescents with age range of 12-18 years-old from a divorced parents. The technique of analyzing data is by using a simple linier regression test with the help of SPSS 23.00 for Windows. The finding of this study indicates the value 0.05 ($0.000 < 0.05$). It means that the hypothesis proposed in this study is that there is a significant influence between self-esteem and emotion regulation. The self-esteem variable contributes 41.2% to emotion regulation, and the remaining 58,8% is influenced by the other variables that are not examined in this study.

Keywords: *self-esteem, emotion regulation, adolescents, divorced parents*

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
KATA PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoretis.....	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	9
BAB II LANDASAN TEORI	10
2.1 Regulasi Emosi	10
2.1.1 Pengertian Emosi.....	10
2.1.2 Fungsi Emosi	10
2.1.3 Bentuk-Bentuk Emosi	11
2.1.4 Pengertian Regulasi Emosi.....	11
2.1.5 Tujuan Regulasi Emosi	12
2.1.6 Aspek-Aspek Regulasi Emosi	13
2.1.7 Faktor-Faktor Regulasi Emosi.....	14
2.1.8 Strategi-Strategi Regulasi Emosi.....	14
2.1.9 Dampak Regulasi Emosi	16
2.2 Harga Diri	16
2.2.1 Pengertian Harga Diri.....	16
2.2.2 Aspek-Aspek Harga Diri	17
2.2.3 Faktor-Faktor Harga Diri.....	18
2.2.4 Cara Meningkatkan <i>Self-Esteem</i>	19
2.3 Remaja	19
2.3.1 Pengertian Remaja.....	19
2.3.2 Tugas Perkembangan Remaja	20
2.3.3 Ciri-Ciri Remaja	21
2.4 Perceraian	23
2.5 Pengaruh Harga Diri Terhadap Regulasi Emosi Pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai.....	23

2.6 Kerangka Konseptual.....	25
2.7 Hipotesis Penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
3.1 Pendekatan Penelitian.....	27
3.2 Variabel Penelitian.....	28
3.3 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	29
3.3.1 Populasi	29
3.3.2 Sampel	30
3.3.3 Teknik Sampling	31
3.4 Metode Pengumpulan Data.....	32
3.4.1 Skala Regulasi Emosi.....	33
3.4.2 Skala Harga Diri.....	34
3.5 Teknik Analisis Data	35
3.5.1 Uji Validitas	35
3.5.2 Uji Reliabilitas.....	36
3.5.3 Uji Asumsi.....	36
3.5.4 Uji Regresi Linear Sederhana.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	38
4.1 Pelaksanaan Penelitian.....	38
4.1.1 Lokasi Penelitian	38
4.1.2 Gambaran Umum Subjek Penelitian	38
4.1.3 Pengumpulan Data	39
4.1.4 Skoring Data.....	40
4.2 Hasil Penelitian.....	40
4.2.1 Hasil Uji Validitas	40
4.2.2 Hasil Uji Reliabilitas	44
4.2.3 Hasil Uji Normalitas.....	45
4.2.4 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	47
4.2.5 Hasil Uji Linieritas	48
4.2.6 Hasil Analisis Deskriptif	49
4.2.7 Hasil Uji Crosstabulasi.....	52
4.2.8 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana.....	56
4.3 Pembahasan	59
4.3.1 Pembahasan Harga Diri Remaja dengan Orang Tua Bercerai	60
4.3.2 Pembahasan Regulasi Emosi Remaja dengan Orang Tua Bercerai	63
4.3.3 Pembahasan Pengaruh Harga Diri terhadap Regulasi Emosi pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai	67
4.4 Keterbatasan Penelitian	70
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	71
5.1 Kesimpulan	71
5.2 Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN.....	76

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Skala Regulasi Emosi dan Harga Diri	33
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala Regulasi Emosi	34
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Skala Harga Diri	35
Tabel 4.1 Deskripsi Subjek	38
Tabel 4.2 Penilaian <i>Expert Judgement</i> Alat Ukur Harga Diri dan Regulasi Emosi	41
Tabel 4.3 <i>Blue Print</i> Skala Harga Diri Uji Coba	42
Tabel 4.4 <i>Blue Print</i> Skala Harga Diri Aitem Valid	42
Tabel 4.5 <i>Blue Print</i> Skala Regulasi Emosi Uji Coba	43
Tabel 4.6 <i>Blue Print</i> Skala Regulasi Emosi Aitem Valid	44
Tabel 4.7 Uji Reliabilitas Skala Harga Diri	45
Tabel 4.8 Uji Reliabilitas Skala Regulasi Emosi	45
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas Skala Harga Diri dan Regulasi Emosi	46
Tabel 4.10 Hasil Uji Linieritas.....	49
Tabel 4.11 <i>Statistic</i> data penelitian	49
Tabel 4.12 Kategorisasi Norma-Rentang Nilai.....	50
Tabel 4.13 Kriteria kategorisasi skala harga diri	50
Tabel 4.14 Kategorisasi skor skala harga diri setiap aspek.....	51
Tabel 4.15 Kriteria kategorisasi skala regulasi emosi.....	51
Tabel 4.16 Kategorisasi skor skala regulasi emosi setiap aspek.....	52
Tabel 4.17 <i>Crosstabulasi</i> skala harga diri berdasarkan jenis kelamin	53
Tabel 4.28 <i>Crosstabulasi</i> skala harga diri berdasarkan usia	53
Tabel 4.19 <i>Crosstabulasi</i> skala harga diri berdasarkan pendidikan.....	54
Tabel 4.20 <i>Crosstabulasi</i> skala harga diri berdasarkan lama perceraian orang tua	54
Tabel 4.21 <i>Crosstabulasi</i> skala regulasi emosi berdasarkan jenis kelamin	55
Tabel 4.22 <i>Crosstabulasi</i> skala regulasi emosi berdasarkan usia	55
Tabel 4.23 <i>Crosstabulasi</i> skala regulasi emosi berdasarkan pendidikan.....	56
Tabel 4.24 <i>Crosstabulasi</i> skala regulasi emosi berdasarkan lama perceraian orang tua.....	56
Tabel 4.25 Tabel Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	57
Tabel 4.26 Tabel Interpretasi Nilai r	57
Tabel 4.27 Tabel Anova	58
Tabel 4.28 Tabel <i>Coefficients</i> pada Uji Regresi Linier Sederhana	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.6 Kerangka Konseptual	25
Gambar 3.1 Paradigma Penelitian.....	28
Gambar 4.1 Grafik Uji Normalitas Harga Diri	46
Gambar 4.2 Grafik Uji Normalitas Regulasi Emosi	47
Gambar 4.3 Hasil Uji Heteroskedastisitas Metode Grafik.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Bimbingan	76
Lampiran 2 Rancangan Skala Harga Diri	78
Lampiran 3 Rancangan Skala Regulasi Emosi	80
Lampiran 4 Skala Siap Saji Harga Diri.....	82
Lampiran 5 Skala Siap Saji Regulasi Emosi.....	86
Lampiran 6 Angket Uji Keterbacaan	90
Lampiran 7 Jumlah Subjek.....	92
Lampiran 8 Tabulasi Data Skala Uji Coba	93
Lampiran 9 Tabulasi Data Penelitian.....	97
Lampiran 10 Hasil Uji Validitas	105
Lampiran 11 Hasil Uji Reliabilitas	109
Lampiran 12 Hasil Uji Normalitas	110
Lampiran 13 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	111
Lampiran 14 Hasil Uji Linieritas	112
Lampiran 15 Hasil Uji Analisis Deskriptif	113
Lampiran 16 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	114
Lampiran 17 <i>Expert Judgement</i>	115
Lampiran 18 Surat Perizinan.....	116