



**GAMBARAN REGULASI EMOSI REMAJA DENGAN POLA  
PENGASUHAN *AUTHORITARIAN***

**SKRIPSI**

**DISUSUN OLEH:**

**MADLINE NATHANIA**

**705170215**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

**JAKARTA**

**2021**



**GAMBARAN REGULASI EMOSI REMAJA DENGAN POLA  
PENGASUHAN *AUTHORITARIAN***

**Skripsi Ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian Sarjana  
Strata Satu (S-1) Psikologi**

**DISUSUN OLEH:**


**MADELINE NATHANIA**

**705170215**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

**JAKARTA**

**2021**

	<b>FR-FP-04-06/R0</b>	<b>HAL. 1/1</b>
	<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH</b>	
<b>05 NOVEMBER 2010</b>		

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Madeline Nathania**

NIM : **705170215**

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

**Gambaran Regulasi Emosi Remaja dengan Pola Pengasuhan *Authoritarian***

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 24 Juli 2021

Yang Memberikan Pernyataan



**Madeline Nathania**

 <b>UNTAR</b> Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-07/R0	HAL. 1/1
	<b>SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH</b>	
05 NOVEMBER 2010		

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Madeline Nathania**  
 N I M : **705170215**  
 Alamat : **Jl. Taruma Elok Blok O No. 19, Cengkareng  
 Jakarta Barat, 11740**

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

**Gambaran Regulasi Emosi Remaja dengan Pola Pengasuhan *Authoritarian***

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 24 Juli 2021

Yang Membuat Pernyataan



**Madeline Nathania**

**PROGRAM STUDI SARJANA FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA**

**TANDA PENGESAHAN SKRIPSI**

Nama : Madeline Nathania  
N.I.M. : 705170215  
Program Studi : Sarjana Fakultas Psikologi

**Judul Skripsi**

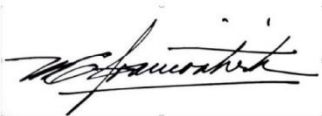
Gambaran Regulasi Emosi Remaja dengan Pola Pengasuhan *Authoritarian*

Telah diuji dalam sidang Sarjana pada tanggal 21 Juli 2021 dan dinyatakan lulus, dengan majelis penguji terdiri atas:

1. Ketua : Pamela Hendra Heng, S.Pd., M.P.H., M.A., Ph.D.  
2. Anggota : 1. Monika, M.Psi., Psikolog  
                  2. Linda Wati, M.Psi., Psikolog

Jakarta, 24 Juli 2021

Pembimbing



(Dr. Monty P. Satiadarma, MS/AT, MCP/MFCC, Psikolog)

Pembimbing Pendamping



(Linda Wati, M.Psi, Psikolog)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat yang diberikan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Penelitian dengan judul Gambaran Regulasi Emosi Remaja dengan Pola Pengasuhan *Authoritarian* ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi kemajuan ilmu psikologi dan bermanfaat bagi pembaca. Penulisan penelitian ini dapat terselesaikan berkat bimbingan, arahan, masukan dari kedua dosen pembimbing. Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada Bapak Monty P. Satiadarma sebagai dosen pembimbing utama dan Ibu Linda Wati sebagai dosen pembimbing kedua.

Selama penyusunan penelitian ini berlangsung, peneliti juga mendapatkan dukungan dari kedua orangtua, seluruh saudara-saudari, serta teman-teman peneliti, terima kasih atas segala dukungan, doa, dan semangat yang diberikan. Peneliti juga ingin berterima kasih kepada ketiga subjek yang bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Adapun peneliti menyadari segala kekurangan dan keterbatasan peneliti dalam menyusun penelitian ini. Oleh sebab itu, peneliti menerima kritik dan saran yang membangun demi perbaikan kedepannya.

Jakarta, 04 Juli 2021

Peneliti,

Madeline Nathania

## DAFTAR ISI

<b>SAMPUL</b>	
<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR FIGUR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah.....	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.....	8
1.5 Sistematika Penelitian .....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>10</b>
2.1 Emosi.....	10

2.1.1 Definisi Emosi.....	10
2.1.2 Proses Emosi.....	9
2.2 Regulasi Emosi .....	10
2.2.1 Definisi Regulasi emosi.....	10
2.2.2 Sasaran Pencapaian Regulasi Emosi .....	11
2.2.3 Strategi Regulasi Emosi.....	13
2.2.5 Faktor Regulasi Emosi.....	17
2.2.6 Dampak Regulasi Emosi.....	18
<b>2.3 Pola Pengasuhan.....</b>	<b>20</b>
2.2.1 Definisi Pola Pengasuhan .....	20
2.2.2 Jenis Pola Pengasuhan .....	20
2.2.3 Definisi Pola Pengasuhan Authoritarian .....	21
2.2.4 Dampak Pola Pengasuhan Authoritarian .....	21
2.3 Remaja.....	22
2.3.1 Definisi Remaja.....	22
2.3.2 Karakteristik Perkembangan Fisik Remaja.....	22
2.3.3 Karakteristik Perkembangan Kognitif Remaja .....	23
2.3.4 Karakteristik Perkembangan Psikososial Remaja .....	23
2.4 Kerangka Berpikir.....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>27</b>



3.1 Partisipan Penelitian.....	27
3.1.1 Karakteristik Partisipan .....	27
3.1.2 Teknik Sampling .....	28
3.1.3 Gambaran Partisipan .....	28
3.2 Jenis Penelitian .....	33
3.3 <i>Setting</i> dan Peralatan Penelitian .....	33
3.3.1 Setting Penelitian .....	33
3.3.2 Peralatan Penelitian .....	34
3.4 Prosedur Penelitian .....	35
3.4.1 Persiapan Penelitian .....	35
3.4.2 Pelaksanaan Penelitian .....	37
3.5 Proses Pengambilan Data.....	41
3.6 Pengolahan dan Teknik Analisis Data .....	44
<b>BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN ANALISIS DATA .....</b>	<b>47</b>
4.1 Emosi dan Permasalahan Subjek.....	47
4.1.1 Subjek Pertama .....	47
4.1.2 Subjek Kedua .....	50
4.1.3 Subjek Ketiga.....	52
4.2 Sasaran Pencapaian Regulasi Emosi.....	55
4.2.1 Subjek Pertama. ....	56

4.2.2 Subjek Kedua.....	61
4.2.3 Subjek Ketiga.....	64
4.2 Strategi Regulasi Emosi .....	68
4.2.1 Pemilihan Situasi ( <i>Situation Selection</i> ).....	68
4.2.2 Perubahan Situasi ( <i>Situation Modification</i> ).....	72
4.2.3 Penyebaran Perhatian ( <i>Attentional Deployment</i> ) .....	76
4.2.4 Perubahan Kognitif ( <i>Cognitive Change</i> ) .....	80
4.2.5 Perubahan Respon ( <i>Response Modification</i> ) .....	84
<b>BAB V SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN .....</b>	<b>91</b>
5.1 Simpulan .....	91
5.2 Diskusi .....	93
5.3 Saran .....	97
5.3.1 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Teoretis .....	97
5.3.2 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Praktis .....	97
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>P-1</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>L-1</b>

## DAFTAR FIGUR

Figur 1: <i>Modal Model of Emotion</i> .....	10
Figur 2: Sasaran Pencapaian Regulasi Emosi .....	12
Figur 3: <i>Process Model of Emotion Regulation</i> .....	14
Figur 4: Kerangka Berpikir .....	26
Figur 5: Sasaran Pencapaian Regulasi Emosi Subjek Pertama .....	60
Figur 6: Sasaran Pencapaian Regulasi Emosi Subjek Kedua .....	64
Figur 7: Sasaran Pencapaian Regulasi Emosi Subjek Ketiga .....	67

## DAFTAR TABEL

Tabel 1: Gambaran Subjek.....	32
Tabel 2: Uji Reliabilitas Alat Ukur.....	38
Tabel 3: Gambaran Partisipan .....	39
Tabel 4: Pola Pengasuhan Subjek.....	40
Tabel 5: Jadwal Wawancara.....	44
Tabel 6: Emosi dan Permasalahan Subjek .....	54
Tabel 7: Strategi Regulasi Emosi Antar Subjek.....	89

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Informed Consent</i> untuk Kuesioner .....	L-1
Lampiran 2: <i>Informed Consent</i> untuk Wawancara .....	L-3
Lampiran 3: <i>Blueprint</i> Alat Ukur Pola Asuh .....	L-9
Lampiran 4: Uji Reliabilitas Kuesioner Pola Asuh.....	L-13
Lampiran 5: Gambaran Partisipan .....	L-23
Lampiran 6: Hasil Kuesioner Pola Pengasuhan Partisipan .....	L-25
Lampiran 7: Lembar Data Identitas Diri Subjek.....	L-27
Lampiran 8: Sasaran Pencapaian Regulasi Emosi Antar Subjek .....	L-28
Lampiran 9: Strategi Regulasi Emosi Antar Subjek.....	L-30
Lampiran 10: Pedoman Wawancara Regulasi Emosi .....	L-32

## ABSTRAK

**Madeline Nathania (705170215)**

**Gambaran Regulasi Emosi Remaja dengan Pola Pengasuhan *Authoritarian*; Dr. Monty P. Satiadarma, MS/AT, MCP/MFCC, Psikolog & Linda Wati, M. Psi., Psikolog. Program Studi S-1 Psikologi , Universitas Tarumanagara, (i-x; 98 halaman, P1-P10, L1-L35)**

Regulasi emosi merupakan proses pengarahan dan pengekspresian emosi yang berdampak pada berbagai aspek seperti afeksi, sosial, kognitif, fisik, dan psikologis individu. Penggunaan regulasi emosi yang kurang adaptif dapat berdampak pada peningkatan gejala psikopatologi. Pada masa remaja, individu mengalami berbagai perkembangan, perubahan, dan tuntutan. Pada masa ini, emosi yang dimiliki remaja masih kurang stabil dan orangtua masih memiliki peranan yang penting dalam kehidupan remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana remaja dengan pola pengasuhan *authoritarian* meregulasi emosi yang mereka miliki. Penelitian kualitatif ini menggunakan wawancara untuk pengambilan data utama dan dibantu oleh kuesioner pola asuh untuk memastikan pengasuhan yang dialami remaja. Subjek penelitian ini merupakan tiga orang remaja yang memiliki pola pengasuhan kedua orangtuanya *authoritarian*. Seluruh subjek diketahui merasa tertekan dikarenakan tingginya tuntutan yang diberikan orangtua tidak selaras dengan rendahnya responsivitas. Penelitian ini menemukan seluruh subjek menggunakan kelima strategi, yaitu pemilihan situasi, perubahan situasi, penyebaran perhatian, perubahan kognitif, dan perubahan respon, namun regulasi emosi cenderung yang dihasilkan kurang adaptif. Hal ini disebabkan penggunaan regulasi emosi seperti memendam, memikirkan permasalahan berulang-ulang, menyalahkan diri sendiri dan orang lain.

Kata Kunci: Regulasi emosi, remaja, pola asuh, *authoritarian*