

**Adaptasi Alat Ukur Interpersonal Emotion  
Regulation pada Remaja dalam Bahasa  
Indonesia**

***Adaptation of the Emotion Regulation  
Interpersonal Measurement Tool  
for Adolescents in Indonesian***

TESIS

Oleh  
Cynthia Sutanto  
717182003



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI KLINIS  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2020**

**Adaptasi Alat Ukur Interpersonal Emotion  
Regulation pada Remaja dalam Bahasa  
Indonesia**

***Adaptation of the Emotion Regulation  
Interpersonal Measurement Tool  
for Adolescents in Indonesian***

Tesis ini diajukan sebagai salah satu syarat  
untuk memperoleh gelar Magister Psikologi (M.Psi.)

Oleh  
Cynthia Sutanto  
717182003



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI KLINIS  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2020**

## PERNYATAAN

Saya, nama Cynthia Sutanto, nomor induk: 717182003

Dengan ini menyatakan menjamin bahwa tesis yang diserahkan kepada Program Studi  
Magister Psikologi Universitas Tarumanagara,  
berjudul: Adaptasi Alat Ukur Interpersonal Emotion Regulation pada Remaja dalam Bahasa  
Indonesia

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 manapun.

Jakarta, 24 Juni 2021



Cynthia Sutanto

717182003

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PENGELOLAAN & PUBLIKASI  
TESIS OLEH FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

Sebagai sivitas akademik Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (sesuai KTP) : Cynthia Sutanto

NIM : 717182003

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**Adaptasi Alat Ukur Interpersonal Emotion Regulation pada Remaja  
dalam Bahasa Indonesia**

**Adaptation of the Emotion Regulation Interpersonal Measurement Tool  
for Adolescents in Indonesian**

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), dan karya ilmiah (tesis) saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta (author) atau sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 24 Juni 2021

Yang menyatakan,

Mengetahui,



Prof. Dr. Samsunuwiyati Mar'at, Psi.



Cynthia Sutanto

Tahun Terbit : 2021

Judul Karya : Pengujian Validitas Konstruk Alat Ukur Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire pada Remaja dengan Menggunakan Confirmatory Factor Analysis

Nama Media : Jurnal Muara Ilmu Sosial Humaniora dan Seni

Alamat Link (URL) : <https://iournal.untar.ac.id/index.php/imishumsen/artide/view/9450/7106>

## LEMBAR PENGESAHAN

Nama : Cynthia Sutanto, S. Psi.

N.I.M. : 717182003

Program Studi : Magister Psikologi

### JUDUL TESIS

**Adaptasi Alat Ukur Interpersonal Emotion Regulation pada Remaja dalam Bahasa Indonesia**

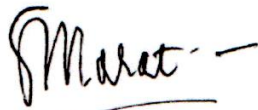
telah diuji pada **Sidang Tesis** pada hari Jumat tanggal 24 Juli 2020

dan dinyatakan Lulus oleh Dewan Penguji yang terdiri atas:

1. Ketua : Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog
2. Anggota : Dr. P. Tommy Y. S. Suyasa, Psikolog

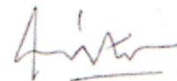
Jakarta, 24 Juli 2020

Pembimbing I



Prof. Dr. Samsunuwiyati Marat, Psikolog

Pembimbing II



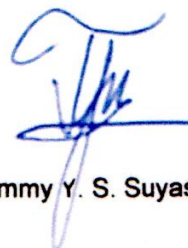
Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M. Psi. T.

Dekan Fakultas Psikologi



Dr. Rostiana, M.Si., Psikolog

Ketua Program Magister Psikologi



Dr. P. Tommy Y. S. Suyasa, Psikolog

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala Rahmat Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: “Adaptasi Alat Ukur Interpersonal Emotion Regulation pada Remaja Dalam Bahasa Indonesia”. Semoga tesis ini dapat dipergunakan oleh orang-orang yang membutuhkan.

Terselesaikannya penelitian ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada semua pihak yang telah membantu baik dalam proses penelitian maupun selama penulisan. Ucapan terima kasih ini disampaikan kepada:

1. Prof. Stefan G Hofmann, Ph.D., Joseph K. Carpenter, M.A., dan Joshua Curtiss, M.A yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk mengadaptasi alat ukur IERQ kedalam Bahasa Indonesia.
2. Papa, Mama, Adik perempuan saya, serta anggota keluarga lainnya, terima kasih atas segala dukungan dan bantuannya.
3. Prof. Dr. Samsunuwiyati Mar'at, Psi., selaku dosen pembimbing utama penelitian ini yang selalu sabar, dan *expert judgement* pertama yang bersedia meluangkan waktu, pemikiran dan tenaga, memberikan masukan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
4. Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M.Psi.T, selaku dosen pembimbing kedua penelitian ini yang selalu sabar, bersedia meluangkan waktu, pemikiran dan tenaga, serta memberikan masukan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
5. Ibu Roswiyani, Ph.D., M. Psi., Psi selaku *expert judgement* kedua yang bersedia meluangkan waktu, pemikiran dan tenaga, memberikan masukan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
6. Ibu Dr. Riana Sahrani, M.Si., Psikolog selaku *expert judgement* ketiga yang bersedia meluangkan waktu, pemikiran dan tenaga, memberikan masukan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.

7. Ibu Rahma Hastuti S. Psi., M. Psi., Psikolog selaku *expert judgement* keempat yang bersedia meluangkan waktu, pemikiran dan tenaga, memberikan masukan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
8. Ibu Agustina, M. Psi., Psi. selaku *expert judgement* kelima yang bersedia meluangkan waktu, pemikiran dan tenaga, memberikan masukan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
9. Ibu Meylisa Permata Sari, S. Psi., M.Sc. selaku *expert* yang membantu *back translation* yang bersedia meluangkan waktu, pemikiran dan tenaga, serta memberikan masukan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
10. Para partisipan yang bersedia meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner dalam penelitian ini.
11. Shehu Lina, Harinah D, Delizea A, Bonita P, Chrestella P, Luh Putu Della A , dan Johana Widianingsih sebagai sahabat yang mendoakan dan mendukung peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.
12. Claudia F, Cindy E, Verisca M, dan Ivana J sebagai teman seperjuangan yang saling mendukung dalam menyelesaikan penelitian ini.

Tesis ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh ujian Magister Psikologi. Peneliti menyadari bahwa penyusunan tesis ini masih banyak terdapat kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan, hal ini dikarenakan keterbatasan kemampuan yang peneliti miliki.

Jakarta, 6 Juli 2020

Cynthia Sutanto

## DAFTAR ISI

Kata Pengantar .....	i
Daftar Isi .....	iii
Daftar Tabel .....	vii
Daftar Lampiran .....	x
Abstrak .....	xi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	12
1.3 Tujuan Penelitian .....	13
1.4 Manfaat Penelitian .....	13
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	13
1.4.2 Manfaat Praktis .....	14
1.5 Sistematika Penulisan.....	14
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	15
2.1 Emosi .....	15
2.2 Regulasi Emosi .....	16
2.2.1 Pengertian Regulasi Emosi.....	16
2.2.2 Jenis-Jenis Regulasi Emosi.....	17
2.2.3 Proses Regulasi Emosi.....	18
2.2.4 Strategi Regulasi Emosi.....	19
2.2.5 Faktor-Faktor yang mempengaruhi regulasi emosi.....	21
2.3 Remaja .....	21
2.4 Adaptasi .....	23
2.5 Kerangka Berpikir .....	25







4.2.7 Pengujian Norma .....	72
BAB V KESIMPULAN, DISKUSI DAN SARAN .....	74
5.1 Kesimpulan .....	74
5.2 Diskusi.....	76
5.3 Saran.....	79
5.3.1 Saran yang berkaitan dengan manfaat teoritis .....	79
5.3.2 Saran untuk penelitian selanjutnya.....	80
Daftar Pustaka .....	P-1
Lampiran .....	L-1

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Alat Ukur Regulasi Emosi.....	3
Tabel 1.2	Internal Konsistensi Alat Ukur ERQ.....	7
Table 1.3	Internal Konsistensi dan <i>Confirmatory Factor Analysis</i> Alat Ukur IERQ9	
Tabel 3.1	Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	34
Tabel 3.2	Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Usia .....	35
Tabel 3.3	Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Pendidikan .....	35
Tabel 3.4	Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Domisili Tempat Tinggal	36
Tabel 4.1	Analisis butir IERQ .....	48
Tabel 4.2	Analisis butir IERQ Dimensi <i>Social Modeling</i> .....	49
Tabel 4.3	Analisis butir IERQ Dimensi <i>Perspective Taking</i> .....	49
Tabel 4.4	Analisis butir IERQ Dimensi <i>Enhancing Positive Affect</i> .....	49
Tabel 4.5	Analisis butir IERQ Dimensi <i>Soothing</i> .....	50
Tabel 4.6	Hasil Uji Reliabilitas IERQ.....	51
Tabel 4.7	Hasil Uji Reliabilitas IERQ Pada Dimensi <i>Social Modeling</i> .....	51
Tabel 4.8	Hasil Uji Reliabilitas IERQ Pada Dimensi <i>Perspective Taking</i> ....	51
Tabel 4.9	Hasil Uji Reliabilitas IERQ Pada Dimensi <i>Enhancing Positive Affect</i>	52
Tabel 4.10	Hasil Uji Reliabilitas IERQ Pada Dimensi <i>Soothing</i> .....	52
Tabel 4.11	Hasil <i>Expert Judgement</i> .....	53
Tabel 4.12	Hasil Perhitungan CVI.....	54
Tabel 4.13	Hasil Uji Normalitas .....	54
Tabel 4.14	Hasil Uji Hubungan Antara IERQ Dengan ERQ.....	55
Tabel 4.15	Hasil Uji Hubungan Antara Dimensi <i>Social Modeling</i> IERQ Dengan Dimensi ERQ .....	56

Tabel 4.16 Hasil Uji Hubungan Antara Dimensi <i>Perspective Taking</i> IERQ Dengan Dimensi ERQ.....	57
Tabel 4.17 Hasil Uji Hubungan Antara Dimensi <i>Enhancing Positive Affect</i> IERQ Dengan Dimensi ERQ.....	58
Tabel 4.18 Hasil Uji Hubungan Antara Dimensi <i>Soothing</i> IERQ Dengan Dimensi ERQ.....	59
Tabel 4.19 Rangkuman Hasil Uji <i>Criterion Related Validity</i> IERQ Dengan ERQ60	
Tabel 4.20 Hasil Uji Hubungan Antara IERQ Dengan Kecemasan .....	60
Tabel 4.21 Hasil Uji Hubungan Antara Dimensi Social Modeling IERQ Dengan Kecemasan.....	61
Tabel 4.22 Hasil Uji Hubungan Antara Dimensi <i>Perspective Taking</i> IERQ Dengan Kecemasan.....	61
Tabel 4.23 Hasil Uji Hubungan Antara Dimensi <i>Enhancing Positive Affect</i> IERQ Dengan Kecemasan.....	62
Tabel 4.24 Hasil Uji Hubungan Antara Dimensi <i>Soothing</i> IERQ Dengan Kecemasan.....	62
Tabel 4.25 Rangkuman Hasil Uji <i>Criterion Related Validity</i> IERQ Dengan Kecemasan.....	62
Tabel 4.26 Hasil Pengujian Konstruk Metode CFA Pada IERQ.....	63
Tabel 4.27 Hasil <i>Goodness Of Fit</i> IERQ.....	63
Tabel 4.28 Hasil Pengujian Konstruk Metode CFA Pada Dimensi Social Modeling .....	64
Tabel 4.29 Hasil <i>Goodness Of Fit</i> Pada Dimensi <i>Social Modeling</i> .....	65
Tabel 4.30 Hasil Pengujian Konstruk Metode CFA Pada Dimensi <i>Perspective Taking</i> .....	65

Tabel 4.31 Hasil <i>Goodness Of Fit</i> Pada Dimensi <i>Perspective Taking</i> .....	66
Tabel 4.32 Hasil Pengujian Konstruk Metode CFA Pada Dimensi <i>Enhancing Positive Affect</i> .....	66
Tabel 4.33 Hasil <i>Goodness Of Fit</i> Pada Dimensi <i>Enhancing Positive Affect</i> .	67
Tabel 4.34 Hasil Pengujian Konstruk Metode CFA Pada Dimensi <i>Soothing</i> .	67
Tabel 4.35 Hasil <i>Goodness Of Fit</i> Pada Dimensi <i>Soothing</i> .....	68
Tabel 4.36 Rangkuman Hasil <i>Goodness Of Fit</i> .....	69
Tabel 4.37 Uji Beda Kelompok Kecemasan ditinjau dari IERQ.....	69
Tabel 4.38 Uji Beda Kelompok Kecemasan Ditinjau Dari Dimensi <i>Social Modeling</i> .....	70
Tabel 4.39 Uji Beda Kelompok Kecemasan Ditinjau Dari Dimensi <i>Perspective Thinking</i> .....	70
Tabel 4.40 Uji Beda Kelompok Kecemasan Ditinjau Dari Dimensi <i>Enhancing Positive Affect</i> .....	71
Tabel 4.41 Uji Beda Kelompok Kecemasan Ditinjau Dari Dimensi <i>Soothing</i> .	71
Tabel 4.42 Uji Beda Kelompok.....	72
Tabel 4.43 Gambaran IERQ Remaja .....	73

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1A Kisi-kisi Alat Ukur IERQ .....	L-1
Lampiran 1B Kisi-kisi Alat Ukur ERQ .....	L-1
Lampiran 1C Kisi-kisi Alat Ukur Kecemasan.....	L-1
Lampiran 2 Terjemahan Alat ukur IERQ dari Bahasa Asli ke dalam bahasa Indonesia .....	L-2
Lampiran 3 Terjemahan alat ukur IERQ dari Bahasa Indonesia ke dalam Bahasa Asli .....	L-5
Lampiran 4 Hasil Adaptasi Tes Interpersonal Emotion Regulation Dalam Bahasa Indonesia.....	L-8
Lampiran 5 Kuesioner Penelitian.....	L-10
Lampiran 6 Gambaran Partisipan.....	L-20
Lampiran 7A Reliability IERQ .....	L-21
Lampiran 7B Reliability IERQ Dimensi <i>Social Modeling</i> .....	L-22
Lampiran 7C Reliability IERQ Dimensi <i>Perspective Taking</i> .....	L-22
Lampiran 7D Reliability IERQ Dimensi <i>Enhancing Positive Affect</i> .....	L-23
Lampiran 7E Reliability IERQ Dimensi <i>Soothing</i> .....	L-23
Lampiran 8 Normalitas .....	L-24
Lampiran 9A <i>Criterion Related Validity</i> IERQ Dengan ERQ.....	L-25
Lampiran 9B <i>Criterion Related Validity</i> Dimensi IERQ Dengan Dimensi ERQL-27	
Lampiran 10A <i>Criterion Related Validity</i> IERQ Dengan Kecemasan .....	L-28
Lampiran 10B <i>Criterion Related Validity</i> Dimensi IERQ Dengan Kecemasan	L-29
Lampiran 11A Konstruk CFA Pada IERQ .....	L-30
Lampiran 11B Konstruk CFA Pada Dimensi <i>Social Modeling</i> .....	L-35

Lampiran 11C Konstruksi CFA Pada Dimensi <i>Perspective Taking</i> .....	L-38
Lampiran 11D Konstruksi CFA Pada Dimensi <i>Enhancing Positive Affect</i> .....	L-41
Lampiran 11E Konstruksi CFA Pada Dimensi <i>Soothing</i> .....	L-44
Lampiran 12A Uji Beda IERQ Berdasarkan Tingkat Kecemasan.....	L-47
Lampiran 12B Uji Beda Dimensi IERQ Berdasarkan Tingkat Kecemasan.....	L-47
Lampiran 13 Gambaran IERQ pada Remaja .....	L-58



**Adaptasi Alat Ukur *Interpersonal Emotion Regulation* pada Remaja  
dalam Bahasa Indonesia**

Cynthia Sutanto, S. Psi  
Prof. Dr. Samsunuwiyati Mar'at, Psi.  
Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M.Psi.T  
Universitas Tarumanagara

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah hasil adaptasi *Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire* ke dalam Bahasa Indonesia memiliki struktur yang sama dengan alat ukur *Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire* dari Hofmann, Carpenter dan Curtis. Partisipan penelitian ini adalah 202 partisipan dengan karakteristik berusia 12-21 tahun. Hasil analisis data menunjukkan bahwa *Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire* yang sudah diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia memiliki nilai daya beda butir, dan nilai *Content Validity Index* (CVI) yang baik. Pengujian validitas kriteria, mendapatkan hasil bahwa ERQ dengan IERQ memiliki hubungan. Dimensi *Cognitive Reappraisal* memiliki hubungan dengan semua dimensi IERQ. Sedangkan dimensi *Expression Suppression* hanya memiliki hubungan dengan dimensi *enhancing positive affect* dan *soothing*. Pengujian validitas kriteria antara kecemasan dengan *Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire* mendapatkan hasil bahwa kecemasan dengan *Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire* memiliki hubungan. Sedangkan ditinjau dari dimensi *Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire* menunjukkan bahwa hanya dimensi *social modeling* dan *perspective taking* yang memiliki hubungan dengan kecemasan. Pengujian validitas struktur pada alat ukur *Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire* yang sudah diadaptasi kedalam bahasa Indonesia menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan struktur tes *Interpersonal Emotion Regulation* baik.

Kata Kunci : Adaptasi, Emosi, Regulasi Emosi, Remaja