

**REGULASI EMOSI PADA REMAJA YANG MENGALAMI *BROKEN HOME* DI KECAMATAN WOHA KABUPATEN BIMA**

**SKRIPSI**

Disusun untuk Memenuhi Sebagai Syarat Memperoleh Derajat Sarjana  
Psikologi



**Ade Rizka**

**1700013163**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN  
YOGYAKARTA  
2024**

**PENGESAHAN**  
**REGULASI EMOSI PADA REMAJA YANG MENGALAMI *BROKEN***  
***HOME* DI KECAMATAN WOHA KABUPATEN BIMA**

Yang disusun oleh :

Ade Rizka

1700013163

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan dan  
Diterima untuk Memenuhi Sebagai Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Pembimbing,

Faridah Ainur Rohmah, S.Psi., M.Si., Psikolog

**PENGESAHAN**

**REGULASI EMOSI PADA REMAJA YANG MENGALAMI *BROKEN HOME* DI KECAMATAN WOHA KABUPATEN BIMA**

Yang disusun oleh:

Ade Rizka

1700013163

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan dan Diterima untuk Memenuhi Sebagai Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Dekan

Dra Elli Nur Hayati, M.P.H., Ph.D.

Pembimbing: Faridah Ainur Rohmah, S.Psi., M.Si., Psikolog

Dewan Penguji

1. Faridah Ainur Rohmah, S.Psi., M.,Si., Psikolog
2. Alfi Purnamasari, S.Psi., M.Si
3. Emy Hidayati, S.Psi., M.A., Psikolog

Tanda Tangan

**PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN**  
*Bismilahirrahmanirrahim*

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ade Rizka

NIM : 1700013163

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya susun dengan judul "Regulasi Emosi pada Remaja yang Mengalami *Broken Home* di Kecamatan Woha Kabupaten Bima" ini, keseluruhan benar hasil penelitian saya, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka. Apabila di kemudian hari ternyata pernyataan saya tidak benar, maka saya sanggup untuk menerima sanksi dalam hal apapun sesuai dengan undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Yogyakarta, 25 Februari 2024

Yang menyatakan

  
METERAI  
TEMPEL  
5B1AKX771390965

Ade Rizka

NIM 1700013163

**PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ade Rizka  
Nim : 1700013163  
Email : [ade1700013163@webmail.uad.ac.id](mailto:ade1700013163@webmail.uad.ac.id)  
Fakultas : Psikologi  
Judul tugas akhir : Regulasi Emosi pada Remaja yang Mengalami  
*Broken Home* di Kecamatan Woha Kabupaten Bima

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.
2. Hasil karya saya ini bukan terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis oleh orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.

Yogyakarta, 25 Februari 2024



**PERNYATAAN  
PERSETUJUAN AKSES**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ade Rizka

Nim : 1700013163 Email : [ade1700013163@webmail.uad.ac.id](mailto:ade1700013163@webmail.uad.ac.id)

Fakultas : Psikologi Program Studi : Psikologi

Judul tugas akhir : *Regulasi Emosi pada Remaja yang Mengalami Broken Home di Kecamatan Woha Kabupaten Bima*

Dengan ini saya menyerahkan hak sepenuhnya kepada perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir sebagai berikut:

Saya (~~mengijinkan~~/~~tidak mengijinkan~~) karya tersebut diunggah dalam *Repository* Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 25 Februari 2024



Ade Rizka

Mengetahui

Pembimbing



Faridah Ainur Rohmah, S.Psi., M.Si., Psikolog

## MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

“Wahai orang-orang yang beriman, mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.”

“Jangan biarkan keraguan dan pandangan negatif menghentikan langkah kita menuju kesuksesan”

## PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Alhamdulillahilabbil'amin.* Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, serta sholawat salam Kepada Nabi Muhammad SAW, maka karya ini saya persembahkan kepada semua keluarga yang saya cintai, papa, mama, adik, nenek dan semua keluarga besar yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Terima kasih telah senantiasa memberikan dukungan, cinta, dan do'a serta motivasi untuk saya dalam menyelesaikan skripsi ini. Tanpa dukungan dari kalian semua, mungkin saya tidak akan bisa sampai pada titik ini.

## UCAPAN TERIMAKASIH



### **Assalamualaikum Warohmatullahi Wabarokatuh.**

Alhamdulillah Rabbillalamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Regulasi Emosi pada Remaja yang Mengalami *Broken Home* di Kecamatan Woha Kabupaten Bima” sebagai syarat memperoleh derajat sarjana Psikologi.

Pada proses penelitian dan penyusunan skripsi ini banyak pihak yang telah memberikan bantuan kepada penulis berupa motivasi, arahan, dukungan moral, materi serta doa yang tidak pernah putus sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Terimakasih sebesar-besarnya penulis ucapkan kepada:

1. Rektor Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta yang telah memberikan dukungan fasilitas dan sarana belajar selama penulis menjadi mahasiswa di Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.
2. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta yang telah memimpin kegiatan akademik di Fakultas Psikologi.
3. Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta yang telah memimpin dan membina kegiatan akademik di Fakultas Psikologi.
4. Faridah Ainur Rohmah, S.Psi., M.Si., Psikolog dosen pembimbing skripsi yang telah membimbing penulis dengan kesungguhan, kesabaran, dan pengarahan yang bermanfaat sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

5. Sri Kushartati, S.Psi., M.A., Psikolog sebagai dosen pembimbing akademik yang telah membimbing, menasehati, dan mengarahkan penulis selama masa perkuliahan dan penelitian.
6. Kepada subjek penelitian yang telah bersedia membantu dan memberikan informasi yang dibutuhkan dalam proses penelitian ini.
7. Untuk Irwan Kuniawan S.Ag, dan teman-teman saya Nuril Fatiha S.Pd, Rahmadin S.Pd, Kamaludin S.Pd, Ria Jumriana S.Psi, Leidy Karunia Sari S.Psi, Indi Saputri Made S.Psi, Firani Agtalia S.Psi. Terimakasih sudah ikut membantu dan menyemangati dalam proses pengerjaan tugas akhir ini.

Yogyakarta, 25 Februari 2024



Ade Rizka

## DAFTAR ISI

PENGESAHAN.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES.....	iiii
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK.....	xii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
F. Tinjauan Pustaka.....	10
BAB II. METODE PENELITIAN.....	17
A. Pendekatan dan Strategi Penyelidikan ( <i>Strategy of Inquiry</i> )..	17
B. Sampling.....	18
C. Metode Pengambilan Data.....	18
D. Desain Penelitian.....	19
E. Pendekatan dalam Analisis Data.....	20
F. Keterpercayaan Penelitian.....	21
BAB III. HASIL PENELITIAN.....	23
A. Orientasi Kancah.....	23
B. Pelaksanaan Penelitian.....	24
C. Temuan Penelitian.....	26
BAB IV. PEMBAHASAN.....	42
A. Gambaran Regulasi Emosi Remaja <i>Broken Home</i> .....	42
B. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi pada Remaja <i>Broken Home</i> .....	45
C. Keterbatasan Penelitian.....	48
BAB V. PENUTUP.....	49
A. Kesimpulan.....	49
B. Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA.....	53

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Identitas subjek penelitian.....	25
Tabel 2. Pelaksanaan penlitian.....	25

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Aspek yang Mempengaruhi Regulasi Emosi pada Remaja <i>Broken Home</i> .....	38
Gambar 2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi pada Remaja yang mengalami <i>Broken Home</i> .....	39

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Panduan Wawancara Subjek.....	57
Lampiran 2. Panduan Observasi Umum.....	64
Lampiran 3. Verbatim Subjek.....	66
Lampiran 4. Hasil Analisis Data.....	104
Lampiran 5. <i>Informed Consent</i> Subjek.....	145

## REGULASI EMOSI PADA REMAJA YANG MENGALAMI *BROKEN HOME* DI KECAMATAN WOHA KABUPATEN BIMA

### Abstrak

Penelitian berjudul Regulasi Emosi pada Remaja yang Mengalami *Broken Home* di Kecamatan Woha Kabupaten Bima ini dilatarbelakangi berdasarkan hasil wawancara dari ketiga subjek serta adanya fenomena-fenomena kenakalan remaja di masyarakat. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran serta faktor yang mempengaruhi regulasi emosi pada remaja yang mengalami *broken home* di Kecamatan Woha, Kabupaten Bima. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara (*interview*) semi terstruktur. Keterpercayaan penelitian ini menggunakan *member check* untuk mengetahui kesesuaian data yang diperoleh dari subjek. Hasil dari penelitian ini menunjukkan: *pertama*, aspek pengungkapan emosi (*emotional disclosure*) dari ketiga subjek mengungkapkan emosinya dengan sedih berkepanjangan, menyakiti diri sendiri, memukul barang di sekitarnya, dan juga berkata kasar. Aspek pengaturan emosi (*emotion regulation*) dari ketiga subjek mengatur emosinya masing-masing dengan melakukan kegiatan yang positif seperti membaca buku, jalan-jalan, berolahraga, nongkrong bersama teman-teman, juga menceritakan masalahnya kepada teman dekat ataupun pacarnya. Sementara pada aspek penilaian emosi (*emotional assessment*) ketiga subjek menyadari emosi dan penyebab emosi yang dirasakan sehingga emosinya mempengaruhi perilaku subjek masing-masing. *Kedua*, faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi dari ketiga subjek dari segi usia yaitu merasa lebih baik dan lebih mudah mengatur emosi seiring bertambahnya. Faktor religiusitas, kepercayaan agama masing-masing subjek dapat mempengaruhi regulasi emosi menjadi lebih baik pada ketiga subjek. Faktor kognitif cara berpikir yang positif dan negatif dalam merespon emosi mempengaruhi regulasi emosi pada ketiga subjek, sedangkan pada faktor kondisi sosial baik lingkungan sekitar maupun orang tua ada yang mempengaruhi serta tidak mempengaruhi pada subjek.

Kata Kunci: *broken home*, remaja, regulasi emosi