

**PENGARUH KEBERFUNGSIAN KELUARGA TERHADAP REGULASI EMOSI
MAHASISWA RANTAU YANG MENYUSUN SKRIPSI DI UNIVERSITAS MERDEKA
MALANG**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Maya Renandita Dwi Karina
20090000047

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Maya Renandita Dwi Karina
NIM : 20090000047
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap
Regulasi Emosi Mahasiswa Rantau yang Menyusun
Skripsi di Universitas Merdeka Malang

Malang, 28 Juli 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi

Dosen Pembimbing



Dellawaty Supraba, S. Psi., M.Si



Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

**Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Regulasi Emosi Mahasiswa
Rantau yang Menyusun Skripsi di Universitas Merdeka Malang**

Dipersiapkan dan disusun oleh
Maya Renandita Dwi Karina
20090000047

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 17 Juli 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si

Sekretaris Penguji



Taufiqurrahman, S.Psi., M.A

Anggota Penguji



Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar Sarjana.



Malang, 28 Juli 2025
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang
Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maya Renandita Dwi Karina
Nomor Pokok : 20090000047
Program Studi : S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Pendidikan
Judul Skripsi : Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap
Regulasi Emosi Mahasiswa Rantau yang Menyusun
Skripsi di Universitas Merdeka Malang
Lokasi Penelitian : Malang
Alamat Rumah Asal : Perum Bojong Mas Indah 2 No.4
No. Telp / Email : +62 812-1767-8634/mayamd24@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penelitian skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 28 Juli 2025



Maya Renandita Dwi Karina

MOTTO

"Melalui pendidikan kamu memberikan alat untuk membantu orang lain."

- Maudy Ayunda

"With education you're given tools to help other people."

LEMBAR PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan ridha-Nya, sehingga Tugas Akhir Skripsi ini bisa berjalan dengan baik dan terselesaikan tepat waktu. Oleh karena itu dengan rasa bangga dan bahagia penulis mempersembahkan kepada:

1. Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
2. Khusus buat orangtua dan keluarga besar yang telah membantu, motivasi, dan mendoakan selama proses Pendidikan sampai dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi
3. Teman-teman penulis baik Teman Kelas, Teman Seangkatan, dan Kakak Tingkat

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkatnya kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kecenderungan Depresi pada Remaja” dengan tepat waktu. Peneliti mengucapkan terimakasih atas terselesainya skripsi ini kepada:

1. Allah SWT. yang telah memberikan rahmat dan ridho-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahan hingga menyusun tugas akhir ini.
2. Ibu Dr. Prihat Assih, SE., M. Si selaku Rektor Universitas Merdeka Malang
3. Ibu Dr. Nawang W.W., S. Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
4. Bapak Dr. Rinto Wahyu Widodo, S. Psi., M. Si selaku dosen pembimbing. Terima kasih untuk setiap bimbingan dan motivasi yang telah diberikan kepada peneliti dalam setiap proses pengerjaan skripsi hingga saat ini.
5. Seluruh dosen Program Studi S1 Psikologi Universitas Merdeka Malang. Terima kasih untuk segala ilmu dan pembelajaran yang telah diberikan selama peneliti selama berada dibangku perkuliahan. Semoga bapak dan ibu dosen sekalian selalu diberikan kesehatan dan bahagia disetiap harinya.
6. Kedua orangtua peneliti, Bapak Ady Yusuf dan Ibu Halimah. Orang tua hebat yang selalu menjadi penyemangat dan sandaran terkuat peneliti dari kerasnya dunia ini. Kedua orang yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberikan motivasi, mendoakan kepada peneliti. Terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan anak-anaknya dan terima kasih untuk semua doa dan dukungan, sehingga peneliti bisa sampai pada titik ini.

Sehat selalu dan hiduplah lebih lama lagi dan wajib untuk selalu ada di setiap perjalanan dan pencapaian hidup saya.

7. Kepada Irni Zalsa Jabat dan Kaleb Gabriel Sembiring, yang selalu membuat saya termotivasi untuk menyelesaikan penelitian ini saya ucapkan terima kasih karena selalu menemani, tak pernah lelah mendengarkan keluh kesah, memberikan dukungan, doa dan semangat yang tidak pernah ada hentinya.
8. Kepada teman kuliah peneliti, Di Ajeng Tri Kumalasari dan Florencia Patrila Ximenes, Alma Mutiara Stefanie Bessie, Petrus Bima Kusuma Widodo, Khoirun Nisa', dan Ulil Khumaidah. Terimakasih banyak atas semua pengalaman, momen, aktivitas, motivasi, dan proses perkuliahan yang dijalankan bersama.
9. Kepada sahabat - sahabat peneliti dari SMA 73 Jakarta yang selalu setia memberikan dukungan, motivasi serta mendoakan. Tetap semangat untuk para sahabat dan sukses selalu untuk semuanya.
10. Terima kasih kepada keluarga besar yang telah memberikan doa, dukungan, motivasi dan materi selama ini. Juga yang telah mendengarkan segala keluh kesah penulis, tidak pernah meninggalkan dalam keadaan apapun, yang menemani proses meraih cita-cita dan yang selalu meluangkan waktu. Untuk diri saya sendiri, yang telah kuat berjuang melalui berbagai peristiwa menyedihkan ataupun membahagiakan dalam hidup dengan sebaik mungkin terima kasih karena dapat mengendalikan diri dari berbagai tekanan dan terima kasih karena tidak pernah menyerah, sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan sebaik dan semaksimal mungkin.

11. Untuk semua pihak yang belum sempat peneliti sebutkan satu persatu. Terima kasih untuk semua bantuan, dukungan, serta doa yang tidak ada henti-hentinya untuk peneliti.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi siapapun yang membacanya. Karena sebaik-baiknya manusia adalah mereka yang dapat memberikan manfaat bagi lingkungan sekitarnya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada peneliti sehingga atas izinnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu.

Skripsi ini disusun guna untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar kesarjanaan Strata-1 (S1), Sarjana Psikologi Universitas Merdeka Malang. Adapun judul skripsi yang diangkat oleh peneliti adalah “Pengaruh Keberfungsian Keluarga Terhadap Regulasi Emosi Mahasiswa Rantau yang Menyusun Skripsi di Universitas Merdeka Malang”.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa masih terdapat berbagai kekurangan dalam penelitian skripsi ini. Untuk itu, peneliti sangat mengharapkan dan terbuka terhadap kritik dan saran yang membangun dari pembaca sebagai masukan, demi penyempurnaan dan semakin baiknya hasil penelitian. Kemudian, peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat serta berguna bagi berbagai pihak dan perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang Psikologi.

Malang, 28 Juli 2025

Maya Renandita Dwi Karina

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
INTISARI	xvi
ABSTRACT	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Regulasi Emosi	8
1. Pengertian Regulasi Emosi.....	8
2. Aspek – aspek Regulasi Emosi	9
3. Faktor – faktor Regulasi Emosi.....	10
B. Keberfungsian Keluarga.....	12
1. Pengertian Keberfungsian Keluarga	12
2. Aspek – aspek Keberfungsian Keluarga.....	12
3. Faktor – faktor Keberfungsian Keluarga	14
C. Keterkaitan antara Keberfungsian Keluarga dengan Regulasi Emosi	15
D. Hipotesis	17
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
A. Desain Penelitian	18
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	18
1. Variabel Terikat (Y): Regulasi Emosi	18
2. Variabel Bebas (X): Keberfungsian Keluarga	19
C. Partisipan Penelitian	19

1.	Populasi	19
2.	Sampel	20
D.	Cara Pengumpulan Data	22
1.	Skala Keberfungsian Keluarga	23
2.	Skala Regulasi Emosi	23
3.	Validitas dan Realibilitas	24
E.	Cara Analisis Data	25
1.	Uji Asumsi	25
2.	Uji Hipotesis	25
F.	Prosedur Penelitian	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		27
A.	Deskripsi Subjek Penelitian	27
B.	Kategorisasi Data	28
C.	Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur	30
D.	Hasil Uji Hipotesis	31
1.	Uji Normalitas	31
2.	Uji Linearitas	32
3.	Uji hipotesis	32
E.	Pembahasan	34
BAB V PENUTUP		37
A.	Kesimpulan	37
B.	Saran	37
DAFTAR PUSTAKA		39
LAMPIRAN		43

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Pemberian Skoring Skala Keberfungsian Keluarga dan Regulasi emosi .	22
Tabel 2	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis kelamin	27
Tabel 3	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan program skripsi	27
Tabel 4	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Fakultas	28
Tabel 5	Rumus Skor Standar.....	29
Tabel 6	Hasil Kategorisasi Data Keberfungsian Keluarga	29
Tabel 7	Hasil Kategorisasi Data Regulasi Emosi	30
Tabel 8	Nilai Maksimal dan Nilai Minimal, Nilai Rata-Rata (M), Standar Deviasi (SD), dan Alpha Cronbach (α).....	30
Tabel 9	Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Variabel Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Emosi.....	31
Tabel 10	Hasil Uji Linearitas Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Emosi	32
Tabel 11	Hasil Analisa Regreasi antara Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Emosi.....	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Hasil Survei pra penelitian regulasi emosi pada mahasiswa rantau yang menyusun skripsi	2
Gambar 2 Kerangka pemikiran	17

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Skala penelitian	44
Lampiran 2	Tabulasi data skala penelitian.....	49
Lampiran 3	Hasil uji normalitas	52
Lampiran 4	Hasil uji hipotesis	54
Lampiran 5	Surat ijin penelitian dari instansi/lembaga.....	56
Lampiran 6	Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah untuk Kepentingan Akademis.....	58
Lampiran 7	Hasil Cek Turnitin	60
Lampiran 8	Daftar Riwayat Hidup	64

Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Regulasi Emosi Mahasiswa Rantau yang Menyusun Skripsi di Universitas Merdeka Malang

Maya Renandita Dwi Karina
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
mayarnd24@gmail.com

INTISARI

Menulis skripsi menuntut mahasiswa untuk mampu menemukan penyelesaian masalah dan mengambil keputusan serta mengatur diri sendiri. Hal itu tidak bisa terwujud jika mahasiswa tidak mengenal dan mengatur emosi melalui proses regulasi emosi. Regulasi emosi dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya keluarga. Anggota keluarga yang memiliki kedekatan dan keterbukaan dapat membantu individu untuk mengungkapkan emosi yang dirasakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh keberfungsian keluarga terhadap regulasi emosi mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik Sampling Aksidental yang dikombinasi dengan *Snowball Sampling*. Subjek dalam penelitian ini adalah 93 mahasiswa rantau yang menyusun skripsi. Proses pengambilan data menggunakan instrumen skala keberfungsian keluarga dan regulasi emosi berbentuk skala likert. Teknik analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana dan data memiliki distribusi normal dan linier. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif antara keberfungsian keluarga terhadap regulasi emosi mahasiswa ($p\ 0,492 < \text{sig. } 0,05$). Keluarga yang sehat dan berfungsi dengan baik dapat memberikan dukungan emosional, komunikasi, dan pola asuh yang positif, yang semuanya memberi dampak pada pengembangan kemampuan regulasi emosi yang baik pada mahasiswa.

Kata Kunci: Keberfungsian Keluarga; Mahasiswa Rantau; Regulasi Emosi

The Influence Of Family Functioning on The Emotional Regulation of Out-Of-Town Students Writing Theses at Merdeka University, Malang

Maya Renandita Dwi Karina
Faculty of Psychology, Merdeka University of Malang
mayarnd24@gmail.com

ABSTRACT

Writing a thesis requires students to be able to find problem solving and make decisions and regulate themselves. This cannot be realized if students do not recognize and regulate emotions through the process of emotion regulation. Emotion regulation is influenced by several factors, one of which is family. Family members who have closeness and openness can help individuals to express their emotions. This study aims to determine the effect of family functioning on student emotion regulation. This study uses quantitative methods with Accidental Sampling techniques combined with Snowball Sampling. The subjects in this study were 93 overseas students who compiled a thesis. The data collection process uses a Likert scale instrument of family functioning and emotion regulation. The data analysis technique uses a simple linear regression test and the data has a normal and linear distribution. The results showed a positive influence between family functioning on student emotional regulation ($p = 0.492 < \text{sig. } 0.05$). A healthy and well-functioning family can provide emotional support, communication, and positive parenting, all of which contribute to the development of good emotion regulation abilities in college students.

Keywords: Emotion Regulation; Family Functioning; Overseas Student