

**HUBUNGAN KETERLIBATAN AYAH DALAM PENGASUHAN DAN STRATEGI
REGULASI EMOSI PADA *EMERGING ADULTHOOD***

SKRIPSI

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



Ezella Sarantia Farroha

21090000048

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2025**

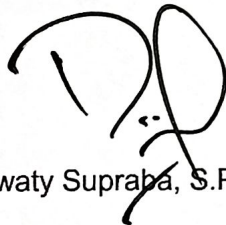
LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Ezella Sarantia Farroha
NIM : 21090000048
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan dan Strategi Regulasi Emosi pada *Emerging Adulthood*

Malang, 31 Januari 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Al Thuba S. P., S.Psi., M.Psi., Psikolog



Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang
Dr. Nawang Warsi Muliandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

Hubungan Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan dan Strategi Regulasi Emosi pada *Emerging Adulthood*

Dipersiapkan dan disusun oleh

Ezella Sarantia Farroha

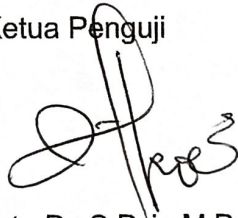
21090000048

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 17 Januari 2025

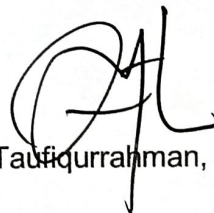
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Al Thuba Septa P., S.Psi., M.Psi., Psikolog

Sekretaris Penguji



Taufiqurrahman, S.Psi., MA

Anggota Penguji



Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si

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

Malang, 31 Januari 2025

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



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

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ezella Sarantia Farroha
Nomor Pokok : 21090000048
Program Studi : S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Perkembangan
Judul Skripsi : Hubungan Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan dan
Strategi Regulasi Emosi pada *Emerging Adulthood*
Lokasi Penelitian : Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang
Alamat Rumah Asal : Dusun Kolla, RT/RW 006/003, Kebundadap Barat,
Saronggi, Sumenep, Jawa Timur
No. Telp/ Email : 085895403951/zellasafah@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan 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, 31 Januari 2025


Ezella Sarantia Farroha

MOTTO

"Life is not about waiting for the storm to pass, it's about learning to dance in the rain."

- Vivian Greene

LEMBAR PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur, skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya tercinta, Mama dan Papa, kakak, seluruh keluarga besar serta semua teman-teman saya yang senantiasa memberikan dukungan, doa, dan semangat tanpa henti selama perjalanan studi saya. Kehadiran dan harapan kalian menjadi sumber motivasi terbesar bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Semoga ilmu yang saya peroleh selama masa studi dapat bermanfaat bagi kita semua saat ini dan di masa depan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. karena dengan kasih dan kemurahan serta pertolongan-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Penulis menyadari bahwa ada orang-orang yang telah berjasa di balik selesainya skripsi ini. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan dan rasa terima kasih kepada:

1. Terima kasih kepada Allah SWT. karena dengan kasih-Nya yang selalu menyertai, saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Prihat Assih, S.E., M.Si., A.K., CSRS, selaku Rektor Universitas Merdeka Malang.
3. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
4. Bapak Muhammad Untung Manara, S.Psi., M.A., Ph.D, selaku wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
5. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
6. Ibu Al Thuba Septa Priyanggasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing utama sekaligus dosen penguji I sidang skripsi yang telah sabar mengarahkan dan memberi kritik saran serta motivasi dan dukungan sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi dengan baik.
7. Bapak Taufiqurrahman, S.Psi., MA, selaku dosen penguji II pada saat pelaksanaan sidang skripsi.

8. Ibu Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si, selaku dosen penguji III pada saat pelaksanaan sidang skripsi.
9. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang telah membimbing dan mengajari ilmu selama awal perkuliahan hingga akhir, terima kasih atas waktu dan ilmu yang telah diberikan hingga saya mencapai titik ini.
10. Terima kasih untuk kedua orang tua saya yaitu Bapak Mohammad Ilyas dan Ibu Lilik Sunarti yang telah memberikan semangat, dukungan, dan telah berjuang menjadi orang tua yang baik selama ini.
11. Terima kasih untuk teman-teman sekaligus sahabat saya di Psikologi yaitu Miftakhul Izza Rofiqoh, Risbudi Irsanti, Rio Samboja, Pristina Natalia, Angelica Lustisian Rangga dan teman-teman lain yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, yang telah berjuang bersama dan saling menemani saat senang maupun susah walaupun dikit-dikit butuh *healing* dan *self reward*.
12. Terima kasih untuk sahabat SMP saya yang jauh disana yaitu, Gita Mukrin Hidayati dan Defi Elya Azari, yang telah memotivasi dan menemani saya agar terus berjuang sampai saat ini.
13. Terima kasih untuk diri sendiri yang telah berjuang hebat hingga berada di titik ini dan sanggup melewati hal-hal yang tidak diinginkan dengan sabar dan ikhlas.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. atas limpahan rahmat, anugerah, kemurahan, dan kasih setia-Nya yang senantiasa menyertai penulis selama proses penyelesaian skripsi ini.

Dengan penuh syukur, penulis berhasil menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan dan Strategi Regulasi Emosi pada *Emerging Adulthood*." Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan dan ketidaksempurnaan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan masukan, kritik, dan saran yang konstruktif untuk penyempurnaan karya ini. Selama proses penyelesaian skripsi ini, berbagai tantangan dan kesulitan telah penulis hadapi. Namun, atas pertolongan Allah SWT. semua hambatan tersebut dapat dilalui dengan baik.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang membacanya. Semoga segala bantuan, dukungan, dan kebaikan yang diberikan kepada penulis mendapat balasan yang setimpal dari Tuhan Yang Maha Esa.

Malang, 31 Januari 2025

Ezella Sarantia Farroha

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Regulasi Emosi.....	10
1. Pengertian Regulasi Emosi	10
2. Bentuk-Bentuk Regulasi Emosi	11
3. Dimensi-Dimensi Regulasi Emosi.....	12
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi	13
B. Keterlibatan Ayah	14
1. Pengertian Keterlibatan Ayah	14
2. Fungsi-Fungsi Keterlibatan Ayah.....	16
3. Aspek-Aspek Keterlibatan Ayah	16
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keterlibatan Ayah.....	17
C. <i>Emerging Adulthood</i>	19
1. Pengertian <i>Emerging Adulthood</i>	19
2. Karakteristik <i>Emerging Adulthood</i>	19

D. Keterkaitan Antara Regulasi Emosi dan Keterlibatan Ayah.....	21
E. Hipotesis.....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
A. Desain Penelitian.....	24
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel.....	24
C. Partisipan Penelitian	26
1. Populasi	26
2. Sampel.....	26
D. Cara Pengumpulan Data	28
1. Skala Regulasi Emosi	29
2. Skala Keterlibatan Ayah	30
E. Cara Analisis Data.....	31
1. Uji Asumsi	31
2. Uji Hipotesis	32
F. Prosedur Penelitian	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Deskripsi Subjek Penelitian	34
B. Kategorisasi Data	34
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur	37
D. Hasil Uji Hipotesis.....	38
E. Pembahasan	40
BAB V PENUTUP	45
A. Kesimpulan.....	45
B. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA.....	47
LAMPIRAN	52

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Deskriptif Variabel Strategi Regulasi Emosi.....	35
Tabel 2. Data Deskriptif Variabel Strategi Regulasi Emosi Responden.....	35
Tabel 3. Rumus Skor Standart.....	36
Tabel 4. Kategorisasi Skor Variabel Keterlibatan Ayah	37
Tabel 5. Nilai Maksimal dan Nilai Minimal, Mean dan Standar deviasi	38
Tabel 6. Hasil Uji Normalitas Skala Regulasi Emosi dan Keterlibatan Ayah.....	38
Tabel 7. Hasil Uji Linearitas Skala Regulasi Emosi dan Keterlibatan Ayah	39
Tabel 8. Hasil Uji Hipotesis Skala Regulasi Emosi dan Keterlibatan Ayah	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	23
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Blueprint</i> Skala	53
Lampiran 2. <i>Informed Consent</i>	55
Lampiran 3. Skala Regulasi Emosi dan Keterlibatan Ayah.....	57
Lampiran 4. Tabulasi Data Regulasi Emosi	61
Lampiran 5. Tabulasi Data Keterlibatan Ayah	72
Lampiran 6. Hasil Uji Reliabilitas Skala.....	89
Lampiran 7. Hasil Uji Asumsi	93
Lampiran 8. Hasil Uji Hipotesis	97
Lampiran 9. Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi.....	99
Lampiran 10. Hasil Cek Turnitin.....	101
Lampiran 11. Daftar Riwayat Hidup	104

Hubungan Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan dan Strategi Regulasi Emosi pada *Emerging Adulthood*

Ezella Sarantia Farroha
Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang
zellasafah@gmail.com

INTISARI

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan keterlibatan ayah dan strategi regulasi emosi pada *emerging adulthood*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *accidental sampling* dan *snowball sampling* yang melibatkan 385 orang dengan rentang usia 18-25 tahun. Skala yang digunakan yaitu *Emotional Regulation Questionnaire* (ERQ) dengan dimensi *cognitive reappraisal* ($\alpha = 0.792$) dan dimensi *expressive suppression* ($\alpha = 0.785$) dan skala keterlibatan ayah ($\alpha = 0.922$). Teknik analisis data menggunakan korelasi *Pearson*. Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara keterlibatan ayah dengan strategi *cognitive reappraisal* ($r = 0.142$, $p = 0.005 < 0.05$) sehingga menerima hipotesis pertama, dan terdapat hubungan positif yang signifikan antara keterlibatan ayah dengan strategi *expressive suppression* ($r = 0.168$, $p = 0.001 < 0.05$) sehingga menerima hipotesis kedua. Hasil penelitian ini mendukung kesimpulan bahwa keterlibatan ayah mempunyai hubungan dengan strategi regulasi emosi pada *emerging adulthood*, sehingga dapat mendukung anak dalam menggunakan strategi regulasi emosi yang adaptif seperti *cognitive reappraisal*.

Kata kunci: *Emerging Adulthood*; Keterlibatan Ayah; Regulasi Emosi

The Relationship between Father's Parenting Involvement and Emotion Regulation Strategies in Emerging Adulthood

Ezella Sarantia Farroha
Faculty of Psychology, Merdeka University of Malang
zellasafah@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine the relationship between father involvement and emotion regulation strategies in emerging adulthood. This study uses correlational quantitative research methods. The sampling technique used are accidental sampling and snowball sampling involving 385 people aged 18-25 years. The scale used is the emotional regulation questionnaire (ERQ) with cognitive reappraisal dimensions ($\alpha = 0.792$) and expressive suppression dimensions ($\alpha = 0.785$) and father involvement scale ($\alpha = 0.922$). The data analysis technique used Pearson correlation. The results of data analysis showed a significant positive relationship between father involvement and cognitive reappraisal strategy ($r = 0.142$, $p = 0.005 < 0.05$) thus accepting the first hypothesis, and there is a significant positive relationship between father involvement and expressive suppression strategy ($r = 0.168$, $p = 0.001 < 0.05$) thus accepting the second hypothesis. The results of this study support the conclusion that father involvement has a relationship with emotion regulation strategies in emerging adulthood, so that it can support children in using adaptive emotion regulation strategies such as cognitive reappraisal.

Keywords: Emerging Adulthood; Emotion Regulation; Father Involvement