

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI DAN RELIGIUSITAS  
TERHADAP RESILIENSI REMAJA *BROKEN HOME*  
DI KOTA BEKASI**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam  
Bidang Psikologi



Oleh

**INAYAH INTAN MAEMUNAH**

41183507190086

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI  
2023**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Regulasi Emosi dan Religiusitas Terhadap  
Resiliensi Remaja *Broken Home* Di Kota Bekasi  
Penyusun : Inayah Intan Maemunah  
NPM : 41183507190086

Bekasi, 3 Agustus 2023

Menyetujui:

Pembimbing.



Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si

Mengetahui:

Ketua Program Studi,



Novita Dian Iva Prestiana, M.Psi



**HALAMAN PENGESAHAN**



**Hubungan Regulasi Emosi dan Religiusitas terhadap Resiliensi Pada Remaja  
Broken Home Di Kota Bekasi**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

**Inayah Intan Maemunah**

**41183507190086**

Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji

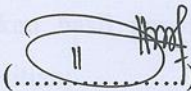
Pada tanggal: 3 Agustus 2023


Dan telah dinyatakan Lulus/disahkan


di Universitas Islam "45" Bekasi

Pada tanggal: 3 Agustus 2023

Dewan penguji :

Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, M.Psi. 

Sekretaris : Siti Nurhidayah M.Si. 

Anggota : 1. Dr. Agustina Ekasari M.Psi. 

2. Lucky Purwantini M.A. 

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Judul Skripsi : Pengaruh Regulasi Emosi dan Religiusitas terhadap  
Resiliensi remaja *broken home* di Kota Bekasi  
Penyusun : Inayah Intan Maemunah  
NPM 41183507190086

Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Islam “45” Bekasi maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari:
  - a. *Fabrikasi*, yaitu tindakan membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat, dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian;
  - b. *Falsifikasi*, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki peneliti (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian;
  - c. *Plagiarisme*, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek, dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia),

usulan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.

4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam "45" Bekasi.

Bekasi, 03 Agustus 2023

Yang Membuat Pernyataan



Inayah Intan Maemunah

41183507190086

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Data Diri

1. Nama : Inayah Intan Maemunah
2. Tempat, Tanggal Lahir : Jakarta, 15 Febuari 2001
3. Alamat : Rusun Pinus Elok, Cakung Jakarta Timur
4. Jenis Kelamin : Perempuan
5. Agama : Islam
6. No HP : 08979108419
7. Nama :  
Nama Ayah : Fathurrahman  
Nama Ibu : Lusiana
8. Email : inayah68.intan@gmail.com

### A. Riwayat Pendidikan

No	Jenis Pendidikan	Nama Lembaga	Tahun
1.	Taman Kanak-Kanak	TK Nahdlatul Wathan	2005-2006
2.	Sekolah Dasar (SD)	SDI Nahdlatul Wathan	2006-2012
3.	Sekolah Menengah Pertama	SMP Nahdlatul Wathan	2012-2015
4.	Sekolah Menengah Atas	SMA Nahdlatu Wathan	2015-2018
5.	Perguruan Tinggi	Universitas Islam "45" Bekasi	2019-2023

### B. Riwayat Pendidikan

No	Jabatan	Nama Lembaga	Tahun
1	Anggota bidang kreativitas	Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS)	2015-2016
2	Kordiantor bidang kedisiplinan	Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS)	2015-2016
3	Wakil ketua osis	Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS)	2016-2017
4	Bendahara Umum	Organisasi Persatuan Alumni Sekolah (IANW)	2016-2021

## **MOTTO**

“ Saat kamu berbuat baik kepada orang lain, artinya kamu sedang berbuat baik pada dirimu sendiri”

(Qs. Al-Isra:7)

*‘Wer rastet, der rostet!’*

## KATA PENGANTAR

Bismillahi wabihamdihi, Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh. Alhamdulillahirobbil'alamin, puji serta syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah Subhanahu Wa ta'ala atas segala nikmat dan karunianya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan proposal skripsi dengan judul 'Regulasi Emosi dan Religiusitas Terhadap Resiliensi Pada Remaja *broken home* di Kota Bekasi'. Sholawat teriring salam tak lupa peneliti haturkan kepada junjungan alam, Nabi besar kita, Muhammad Shalallahu Alaihi Wassalam beserta keluarga juga para sahabat nya, serta seluruh umatnya pada zaman yang terang benderang seperti sekarang ini.

Penulisan Skripsi ini ditujukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam bidang Psikologi Strata 1 (S1) program studi Psikologi. Selain itu dapat terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari berbagai pihak yang telah mendukung dan membimbing peneliti, tanpa dukungan dan bimbingan tersebut peneliti tidak akan dapat menyelesaikan penulisan proposal skripsi sebagaimana mestinya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghormatan yang setinggi-tingginya kepada:

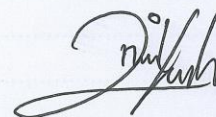
1. Ibu Siti Nurhidayah, S.Psi, M.Si., selaku dosen pembimbing seminar proposal yang senantiasa meluangkan waktunya untuk mendukung dan membimbing penelitian ini dengan sangat amat sabar juga banyak sekali membantu hingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian kali ini dengan hasil yang maksimal.
2. Ibu Novita Dian Iva, M.Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam "45" Bekasi dan dosen di beberapa mata kuliah selama peneliti melangsungkan perkuliahan sekaligus sebagai tim penguji.
3. Ibu Lucky Purwantini, M.A, selaku dosen pembimbing akademik yang senantiasa meluangkan waktunya untuk mendukung dan membimbing peneliti dari awal perkuliahan hingga hari ini. Juga sebagai tim penguji pada sidang skripsi peneliti.



4. Ibu Dr. Agustina Ekasari, M.Psi selaku dosen di beberapa mata kuliah selama kurang lebih empat tahun ini dan juga sebagai tim penguji pada sidang skripsi peneliti
5. Bapak Drs.Yanto Supriyatno, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Islam “45” Bekasi
6. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Universitas Islam “45” Bekasi yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan pengalaman yang berharga selama peneliti berkuliah di Universitas Islam “45” Bekasi.
7. Kepada ketiga orangtua peneliti Ibu, Papah juga Ayah yang senantiasa mendoakan juga memberikan dukungan materi maupun moril dalam berlangsung nya perkuliahan hingga penelitian ini selesai dilakukan.
8. Juga kepada seluruh keluarga peneliti khususnya kakak-kakak. Vera, Nabilah, Nova serta (alm) Gerry. juga keponakan peneliti yang selalu memberikan dukungan semangat dan menghibur peneliti selama penelitian ini berlangsung.
9. Kepada garda terdepan setelah keluarga tercinta, sahabat terkasih Putri Sayyidah Nafisah terimakasih selalu membersamai peneliti sedari pengambilan almamater hingga penelitian ini selesai, terimakasih untuk kesabaran serta ketulusan mu mau selalu direpotkan dan menjadi tempat berkeluh kesah peneliti selama perkuliahan ini berlangsung. semoga peneliti juga bisa melakukan hal yang sama untukmu.
10. Kepada Harist dan Sofwatun yang telah banyak mengajarkan dan membimbing tugas-tugas selama perkuliahan
11. Kepada teman satu payungan penelitian kali ini yang bernasib sama, Putri Ardiah Pramesti dan Wella Ayu Febriana. Terimakasih untuk *pressure* dan bantuan untuk menyelesaikan semua ini
12. *My favorite turtle* yang selalu menemani selama proses perkuliahan hingga selesai.
13. Kepada sahabat sedari SMP, Dova, Ido, Ardi, Wildan juga Aida dan Iren. Juga teruntuk Mr.T yang selalu membantu, mensupport juga menemani dari penelitian ini dimulai sampai selesai.

14. Teman-teman Psikologi angkatan 2019, teman seperjuangan dalam memperoleh gelas S.Psi yang senantiasa memberikan semangat serta dukungan
15. Kakak tingkat, Ferry Pangestu, S.Psi yang bersedia membantu dan membimbing peneliti selama peneliti berkuliah di Universitas Islam "45" Bekasi
16. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu, dengan segala hormat terima kasih atas segala bantuan, dukungan juga doa-doa yang telah diberikan kepada peneliti sehingga peneliti bisa berada di hari ini.
17. Terakhir, terimakasih untuk diriku sendiri telah berhasil dan mampu menyelesaikan serangkaian proses perkuliahan hingga dapat menyelesaikan penelitian ini dengan berbagai rintangan diluar sana, terimakasih telah bertahan juga bertanggung jawab atas pilihanmu sendiri.

**Peneliti**



Inayah Intan Maemunah

41183507190086

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xv</b>
<b>RINGKASAN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar belakang masalah.....	1
B. Rumusan masalah.....	12
C. Tujuan penelitian.....	12
D. Manfaat penelitian.....	12
1. Manfaat teoritis .....	12
2. Manfaat praktis .....	13
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>15</b>
A. Kajian pustaka.....	15
1. Resiliensi.....	15
a. Definisi Resiliensi .....	15
b. Dimensi / aspek Resiliensi .....	16
c. Faktor yang mempengaruhi Resiliensi.....	17
d. Ciri-ciri Resiliensi .....	20
e. Karakteristik Resiliensi .....	20
f. Fungsi Resiliensi .....	22
g. Tahapan Resiliensi .....	23
2. Regulasi Emosi .....	24
a. Definisi Regulasi Emosi.....	24
b. Dimensi Regulasi Emosi.....	25
c. Faktor yang mempengaruhi Regulasi Emosi .....	27
3. Religiusitas.....	28
a. Definisi Religiusitas .....	28
b. Dimensi Religiusitas .....	29

c. Faktor pendukung Religiusitas.....	30
B. Kerangka berpikir.....	32
C. Hipotesis.....	36
D. Perbedaan dengan penelitian sebelumnya.....	37
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>39</b>
A. Desain penelitian.....	39
B. Identifikasi dan operasionalisasi variable.....	39
1. Identifikasi variable.....	39
2. Definisi konseptual.....	40
3. Definisi operasional.....	41
C. Subjek, Tempat dan Waktu Penelitian .....	42
1. Subjek penelitian.....	42
a) Populasi .....	42
b) Sampel dan teknik pengambilan sampel .....	43
2. Tempat dan Waktu penelitian .....	43
D. Teknik pengumpulan data .....	44
1. Wawancara.....	44
2. Skala pengukuran Psikologi .....	45
E. Instrument Pengukuran .....	46
1. Hasil analisis instrument pengukuran .....	46
a) <i>Blue print</i> resiliensi .....	48
b) <i>Blue print</i> regulasi emosi.....	49
c) <i>Blue print</i> religiusitas .....	50
2. Kualitas instrument pengukuran.....	51
F. Teknik analisis data.....	55
1. Teknik Deskriptif .....	56
2. Uji Asumsi .....	57
3. Pengujian hipotesis.....	59
G. Jadwal Penelitian.....	60
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>62</b>
A. Gambaran Umum dan Tempat penelitian .....	62
B. Deskripsi subjek penelitian.....	62
C. Deskripsi variabel penelitian .....	66
D. Hasil penelitian.....	67
E. Pembahasan.....	69
<b>BAB V.....</b>	<b>77</b>



PENUTUP .....	77
A. Simpulan .....	77
B. SARAN .....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>79</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Orisinalitas penelitian.....	38
Tabel 2. Tempat dan waktu penelitian .....	44
Tabel 3. Skala likert .....	45
Tabel 4. Skala Resiliensi .....	48
Tabel 5. Skala regulasi emos.....	49
Tabel 6. Skala religiusitas .....	50
Tabel 7. Skala resiliensi .....	54
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas Variabel Resiliensi Regulasi Emosi Dan Religiusitas .....	55
Tabel 9. Rumus kategorisasi .....	56
Tabel 10. Kategorisasi variabel Resiliensi, Regulasi Emosi dan Religiusitas .....	56
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas .....	58
Tabel 12. Hasil Uji Linearitas .....	59
Tabel 13. Koefisien korelasi .....	59
Tabel 14. Jadwal penelitian.....	60
Tabel 15. Deskripsi Subjek Penelitian .....	63
Tabel 16. Kategori Variabel .....	67
Tabel 17. Hasil uji korelasi rank spearman's Rho Regulasi emosi dengan Resiliensi .....	67
Tabel 18. Hasil uji korelasi rank spearman rho Religiusitas dengan Resiliensi....	68
Tabel 19. Hasil uji korelasi rank spearman rho Religiusitas dengan Resiliensi....	69

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir hubungan regulasi emosi dan religiusitas terhadap resiliensi.....	36
Gambar 2. Identifikasi variabel .....	40

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	1. Rancangan wawancara .....	85
Lampiran	2. Hasil studi pendahuluan .....	91
Lampiran	3. Skala pengukuran dan hasil expert judgement .....	143
Lampiran	4. Lampiran 4. Blue print instrument penelitian.....	169
Lampiran	5. Hasil perhitungan data Uji Coba resiliensi .....	171
Lampiran	6. Uji validitas dan reliabilitas instrumen .....	177
Lampiran	7. Skala sebelum dan setelah uji coba .....	181
Lampiran	8. Tabulasi data penelitian.....	185
Lampiran	9. Uji Asumsi.....	221
Lampiran	10. Deskripsi variabel penelitian .....	222
Lampiran	11. Uji Hipotesis .....	229
Lampiran	12. Hasil uji beda .....	231
Lampiran	13. Hasil Sumbangan Efektif.....	233
Lampiran	14. Kartu bimbingan skripsi .....	235
Lampiran	15. Hasil pengecekan turnitin .....	237



## RINGKASAN

Keluarga merupakan tempat ternyaman untuk para anak terlebih bagi anak berusia remaja yang memasuki fase pubertas yang dimana emosi mereka lebih mudah meningkat. Namun hal ini tidak dapat berjalan sebagaimana mestinya apabila di dalam keluarga tersebut terjadi keretakan di dalam nya. Banyak faktor penyebab dari keretakan yang terjadi salah satunya adalah perceraian. Salah satu dampak perceraian bagi remaja adalah gangguan emosi hingga mengakibatkan *stress* maupun trauma yang mendalam bagi remaja. Penelitian kali ini bertujuan untuk mengetahui ketahanan diri remaja *broken home* yang dipengaruhi oleh pengelolaan emosi yang diakibatkan oleh keretakan keluarga tersebut.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Subjek dalam penelitian kali ini adalah remaja *broken home* bukan yang orang tua nya bercerai namun banyak faktor lain nya seperti salah satu atau kedua orang tua telah tiada, orang tua yang terlalu sibuk, hubungan orang tua dengan anak yang tidak baik, keadaan rumah yang tidak harmonis. Pada penelitian kali ini menggunakan teknik sampling *Convenience sampling* dan menghitung jumlah populasi menggunakan rumus morgan. Di dapatkan hasil 5% dari jumlah keseluruhan data perceraian yaitu 364 responden. Setelah dilakukan pengambilan data di dapatkan hasil sampel sebanyak 470 responden. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi dan kuisioner terdiri dari skala resiliensi, regulasi emosi dan religiusitas.

Penelitian kali ini menggunakan kualitas instrumen uji validitas dan juga reliabilitas yang mendapatkan hasil  $r_{\alpha}$  sebesar 0,90 pada skala resiliensi 0,786 pada skala regulasi emosi dan 0,879. Selain itu teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dan uji hipotesis menggunakan *rank spearman rho* dan uji regresi linear berganda. Yang mendapatkan hasil ( $r=0,290$ ,  $p<0.05$ ) dari hasil tersebut dapat dikatakan terdapat hubungan positif dari regulasi emosi terhadap resiliensi. Selain itu terdapat hubungan positif dari variabel Religiusitas terhadap Resiliensi dengan nilai ( $r=0.644$ ,  $p<0.05$ ). Kemudian didapatkan hasil melalui uji korelasi linear berganda yaitu, terdapat hubungan antara regulasi emosi dan religiusitas terhadap resiliensi dengan nilai yang di dapatkan ( $F=4.932$ ,  $p<0.05$ ) ( $R^2$ ) sebesar 0,16 hal ini menunjukan hasil ketiga variabel tersebut mempunyai hubungan positif.

**Kata kunci : *broken home*, regulasi emosi, reiliensi, religiusitas**