

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DAN REGULASI
EMOSI DENGAN RESILIENSI PADA PEKERJA KOTA DI
SURABAYA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :
NOER FAIZHA
NBI: 1512000165**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2023**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DAN REGULASI
EMOSI DENGAN RESILIENSI PADA PEKERJA KOTA DI
SURABAYA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :
NOER FAIZHA
NBI: 1512000165**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2023**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 8 Januari 2024



Noer Faizha

NBI : 1512000165



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,
saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Noer Faizha
NBI/ NPM : 1512000165
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk
memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945
Surabaya **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free
Right)**, atas karya saya yang berjudul:

**Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dan Regulasi Emosi
Dengan Resiliensi Pada Pekerja Kota Di Surabaya**

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty - Free
Right)**, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak
menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam
bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah
saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya
Pada tanggal : 8 Januari 2024

Yang Menyatakan



(Noer Faizha)

HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI.

NAMA : NOER FAIZHA
NBI : 1512000165
JUDUL : Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dan Regulasi Emosi Dengan Resiliensi Pada Pekerja Kota Di Surabaya

Surabaya, 06 Januari 2024

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



**Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si.,
Psikolog**



Eko April Ariyanto, S.Psi., M.Psi

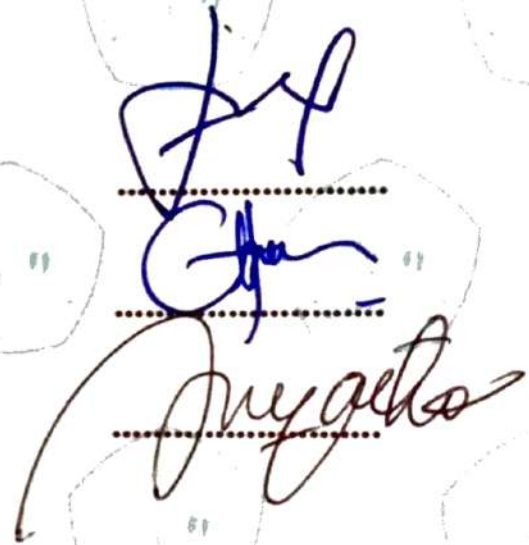
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

**Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal :

Dewan Penguji :

- 1. Drs. Sahat Saragih, M.Si.**
- 2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog**
- 3. Eko April Ariyanto, S.Psi., M.Psi.**



**Mengesahkan
Fakultas Psikologi**

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,





Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog
NPP. 20510020552

HALAMAN MOTTO

“Bersemangatlah atas hal-hal yang bermanfaat bagimu. Minta tolonglah pada Allah, jangan engkau lemah”.

(HR. Muslim)

“Ingatlah kehidupan di kampus dengan terus mengasah. Jangan habiskan waktumu untuk berkeluh kesah”.

-Najwa Shihab

“Don't stop learning because life doesn't stop teaching”.

-Oscar Auliq Ice

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada keluarga khususnya orangtua tercinta Ayah Hendrajana Fadjar Nawan dan Ibu Nailil Waroh Terima kasih ayah ibuku atas Doa restumu menguatkan ku dan dukungan semangat yang tak pernah habis, serta untuk adik saya terimakasih atas dukungannya dan untuk almamater merah kebanggaanku.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Noer Faizha
Tempat Lahir : Surabaya
Tanggal lahir : 18 Oktober 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Rungkut Kidul Gg. 6/28-A Surabaya
Kewarganegaraan : Indonesia
Email : noerfaizha4@gmail.com
No. Telepon : 082140914330



B. Riwayat Pendidikan

- SDN Rungkut Kidul I Surabaya 2008 – 2013
- SMPN 49 Surabaya 2014 – 2016
- SMKN 1 Surabaya 2017 – 2020
- Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya 2020 – Sekarang

C. Riwayat Organisasi

-

D. Kemampuan

- Administrasi Alat Tes Psikologi
- Microsoft Office
- Bahasa Indonesia
- Canva

E. Pengalaman

- BKP MBKM Magang Industri di Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Surabaya

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil'alamin. Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT. Yang telah memberikan segala kenikmatan dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kata kesempurnaan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesaikannya penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh karena itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Amherstia Pasca Rina, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dr.Rr. Amanda Pasca Rini, MSi, Psikolog Dosen Pembimbing I.
5. Eko April Ariyanto, S.Psi., M.Psi selaku Dosen Pembimbing II.
6. Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi selaku Dosen Wali.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan bimbingan ilmu dan pengetahuan serta mendidik penulis selama menempuh studi.

8. Seluruh Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membantu penulis mengurus segala keperluan administrasi kampus hingga penulis merasa di mudahkan.
9. Kepada kedua orangtua, Ayah Hendrajana Fadjar N. Beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan kasih sayang yang terputus dan memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana. Dan untuk Ibu Nailil Waroh yang menjadi penyemangat penulis, beliau selalu memberikan kasih sayang serta doanya dengan penuh keikhlasan yang tak terhingga kepada penulis. Beliau menjadi support system terbaik yang gak pernah ada gantinya.
10. Kepada adekku Nachla Fadilla yang telah memberikan dukungan agar penulis bersemangat dalam menyelesaikan perkuliahan ini. Serta Saudara saya Ibu Nur Jannah yang telah memberikan dukungan, semangat, memberikan kasih sayang serta doa dengan penuh keikhlasan yang tak terhingga kepada penulis.
11. Kepada sahabat saya, Putri Vara, Trisna, Indah yang selalu memberikan keceriaan, semangat, bantuan serta kebaikan yang diberikan kepada penulis disaat masa sulit mengerjakan skripsi ini.
12. Teman saya, Devia, Dhea, Manzila, Verika, Sofiyah, Pramoda yang selalu menyemangati dan membantu saya dalam mengerjakan skripsi.
13. Kepada diri saya sendiri, Terimakasih sudah mau mampu melawan rasa malas, ego dan memilih untuk kembali bangkit untuk menyelesaikan semua ini. Terimakasih banyak sudah mampu bertahan. Penulis berjanji bahwa kamu akan baik-baik saja setelah ini.
14. Untuk pasukan Toing Garing, Terimakasih dukungan semangat, serta menrima keluh kesah peneliti selama mengerjakan skripsi.

15. Masyarakat di Kota Surabaya selaku subjek penelitian atas kesediaan berpartisipasi dalam penelitian penulis.
16. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan namanya satu per satu yang telah berjasa membantu baik secara moril dan materil dalam penyelesaian skripsi.

Akhir kata, mohon maaf apabila dalam penulisan skripsi masih terdapat beberapa kekurangan dan kelemahan, karena kesempurnaan hanya milik Tuhan Yang Maha Esa. Penulis berharap melalui skripsi ini dapat membagikan ilmu kepada para pembaca serta penulis mengharapkan saran serta kritik yang membangun kesempurnaan skripsi ini.

Surabaya, 8 Januari 2024



NOER FAIZHA

1512000165

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DAN REGULASI EMOSI DENGAN RESILIENSI PADA PEKERJA KOTA DI SURABAYA

Noer Faizha

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945

Email : Noerfaizha4@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara Dukungan Keluarga dan Regulasi Emosi dengan Resiliensi pada Pekerja Kota di Surabaya. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan penelitian korelasional. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 314 pekerja di Kota Surabaya. Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui penyebaran kuisioner secara online menggunakan Google Form dengan skala likert lima poin. Hasil dari penelitian ini secara simultan hubungan Dukungan Keluarga dan Regulasi Emosi secara simultan dengan Resiliensi adalah sebesar $r_{xy}=0,175$ dengan sig. 0,000 dimana $p<0,01$. Artinya secara simultan (bersama-sama) Dukungan Keluarga dan Regulasi Emosi memiliki pengaruh terhadap resiliensi. Semakin tinggi Dukungan Keluarga dan Regulasi Emosi semakin tinggi pula Resiliensi yang dimiliki para pekerja Kota di Surabaya dan sebaliknya semakin rendah Dukungan Keluarga dan Regulasi Emosi semakin rendah pula Resiliensi yang dimiliki para pekerja Kota di Surabaya. Nilai R Square didapat sebesar 0.031 yang berarti Dukungan Keluarga dan Regulasi Emosi memiliki hubungan sebesar 31% terhadap Resiliensi. Sedangkan sisanya, 69% dipengaruhi oleh variabel lain.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Regulasi Emosi, Resiliensi, Pekerja

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DAN REGULASI EMOSI DENGAN RESILIENSI PADA PEKERJA KOTA DI SURABAYA

Noer Faizha

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945

Email : Noerfaizha4@gmail.com

Abstrak

In order to increase the resilience of workers, family support and good emotional regulation are needed. The purpose of this study was to determine the relationship between Family Support and Emotion Regulation with Resilience in City Workers in Surabaya. This research is a type of quantitative research using multiple linear regression analysis methods. The subjects used in this study were 314 workers in the city of Surabaya. Data in this study was collected through the distribution of online questionnaires using Google Form with a five-point likert scale. The results of this study simultaneously value in the relationship between Family Support and Emotion Regulation simultaneously with Resilience was amounted $r_{xy} 0,0175$ with sig. $0,000$ $p < 0,01$. This means that simultaneously (together) Family Support and Emotion Regulation with resilience. The higher the Family Support and Emotion Regulation, the higher the Resilience of City workers in Surabaya and vice versa, the lower the Family Support and Emotion Regulation, the lower the Resilience of City workers in Surabaya. The R Square value is 0.031 which means that Family Support and Emotion Regulation has a relationship of 31% to Resilience. While the rest, 69% is influenced by other variables.

Keyword: Family Support, Emotion Regulation, Resilience, Worker

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN .	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
CURRICULUM VITAE	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
Abstrak.....	xii
<i>Abstrak</i>.....	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. PERMASALAHAN	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah.....	5
B. Tujuan dan Manfaat	6
1. Tujuan Penelitian.....	6
2. Manfaat penelitian.....	6
C. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Resiliensi.....	9
1. Pengertian Resiliensi.....	9
2. Aspek – aspek Resiliensi.....	10

3. Faktor-faktor Resiliensi	12
B. Dukungan Keluarga.....	14
1. Pengertian Dukungan Keluarga	14
2. Aspek-aspek Dukungan Keluarga.....	15
3. Faktor-faktor Dukungan Keluarga.....	17
C. Regulasi Emosi.....	18
1. Pengertian Regulasi Emosi	18
2. Aspek-Aspek Regulasi Emosi.....	19
3. Faktor-faktor Regulasi Emosi	20
D. KERANGKA BERFIKIR.....	22
E. HIPOTESIS	24
BAB III METODELOGI PENELITIAN.....	25
A. Populasi dan Partisipan	25
1. Populasi.....	25
2. Partisipan.....	25
B. Desain Penelitian.....	26
C. Instrument Pengumpulan Data.....	26
1. Skala 1 (Resiliensi).....	27
2. Skala 2 (Dukungan Keluarga).....	30
3. Skala 3 (Regulasi Emosi).....	33
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	36
1. Uji Prasyarat.....	36
2. Analisis Data	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
A. HASIL PENELITIAN.....	40
1. Data Demografi Partisipan	40
2. Analisis Data Deskriptif.....	42
3. Hasil Uji Hipotesis	44
B. PEMBAHASAN	49

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	53
A. KESIMPULAN	53
B. SARAN.....	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Penilaian Skala Likert.....	27
Tabel 3. 2 Blue Print Sebaran Aitem Skala Variabl Y	28
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Resiliensi	29
Tabel 3. 4 Uji Reliabilitas Skala Resiliensi	29
Tabel 3. 5 Blue Print Sebaran Skala Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba ...	31
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Skala Dukungan Keluarga.....	32
Tabel 3. 7 Uji Reliabilitas Skala Dukungan Keluarga.....	33
Tabel 3. 8 Blue Print Sebaran Skala Regulasi Emosi	34
Tabel 3. 9 Hasil Uji Validitas Skala Regulasi Emosi.....	35
Tabel 3. 10 Uji Reliabilitas Skala Regulasi Emosi.....	36
Tabel 3. 11 Hasil Uji Normalitas Sebaran	36
Tabel 3. 12 Hasil Uji Linearitas Dukungan Keluarga dengan Resiliensi	37
Tabel 3. 13 Hasil Uji Linearitas Regulasi Emosi dengan Resiliensi	37
Tabel 3. 14 Hasil Uji Multikolinearitas	38
Tabel 3. 15 Hasil Uji Heteroskedastisitas	38
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin.....	40
Tabel 4. 2 Karakteristik Responden berdasarkan Usia.	40
Tabel 4. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Tahun Bekerja	41
Tabel 4. 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Tempat Tinggal.....	41
Tabel 4. 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Tinggal Bersama	42
Tabel 4.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Pekerjaan	42
Tabel 4. 7 Sebaran Kategori Skor Partisipan	43
Tabel 4. 8 Sebaran Kategori Skor Partisipan	43
Tabel 4. 9 Sebaran Kategori Skor Partisipan	44
Tabel 4. 10 Hasil Korelasi Hipotesis Pertama	44
Tabel 4. 11 Hasil Uji Sumbangan Efektif Hipotesis Pertama.....	45
Tabel 4. 12 Hasil Korelasi Hipotesis Kedua.....	45
Tabel 4. 13 Hasil Uji Sumbangan Efektif Hipotesis Kedua	45
Tabel 4. 14 Hasil Korelasi Hipotesis Ketiga.....	46
Tabel 4. 15 Hasil Uji Sumbangan Efektif Hipotesisi Ketiga	46
Tabel 4. 16 Hasil Uji Statistik Deskriptif	46
Tabel 4. 17 Hasil uji Analisis Regresi Descriptive Statistik	47
Tabel 4. 18 Hasil Uji Analisis Ganda (Model Summary).....	47
Tabel 4. 19 Hasil Uji Analisis Regresi Coefficients	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir.....	23
------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran. 1 Kuisisioner Penelitian.....	58
Lampiran. 2 Skala Dukungan Keluarga	59
Lampiran. 3 Skala Regulasi Emosi	61
Lampiran. 4 Skala Resiliensi.....	63
Lampiran. 5 Tabulasi Skala Dukungan Keluarga	66
Lampiran. 6 Tabulasi Regulasi Emosi	76
Lampiran. 7 Tabulasi Resiliensi	85
Lampiran. 8 Uji Validitas Variabel Y.....	106
Lampiran. 9 Validitas Reliabilitas Variabel X1	110
Lampiran. 10 Uji Validitas Reliabilitas Variabel X2	112
Lampiran. 11 Uji Normalitas.....	114
Lampiran. 12 Uji Linearitas.....	115
Lampiran. 13 Uji Multikolinearitas	116
Lampiran. 14 Uji Heteroskedastisitas.....	117
Lampiran. 15 Analisis Regresi Ganda	118
Lampiran. 16 Hasil Sumbangan Efektif	120