

**HUBUNGAN *SECURE ATTACHMENT* ORANG TUA
DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA AWAL**

SKRIPSI

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



Oleh:

NUNUK ZUHLIYA

NPM. 1511600044

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
SURABAYA
2020**

TANDA PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

NAMA : NUNUK ZUHLIYA

NPM : 1511600044

**JUDUL : HUBUNGAN *SECURE ATTACHMENT* ORANG TUA
DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA AWAL**

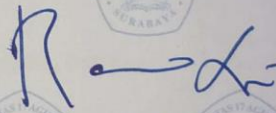
Surabaya, 25 Juni 2020

Pembimbing I



Dra., Dwi Sarwindah, MS.,
Psikolog

Pembimbing II



Rahma Kusumandari, S.Psi., M.Psi.,
Psikolog

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Telah 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 09 Juli 2020
Dan dinyatakan memenuhi syarat

1. Dr., Suroso, MS., Psikolog

2. Dra., Dwi Sarwindah, MS., Psikolog

3. Rahma Kusumandari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Surabaya,
Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dekan,

Dr., Suroso, MS., Psikolog

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Nunuk Zuhliya
NPM : 1511600044
Fakultas / Jurusan : Psikologi
Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Menyatakan bahwa skripsi/ karya ilmiah yang berjudul:

“Hubungan *Secure Attachment* Orang Tua dengan Regulasi Emosi Pada Remaja Awal”

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah/ skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan Hak Bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Dengan surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Surabaya, 25 Juni 2020
Yang Membuat Pernyataan



Nunuk Zuhliya



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN

Jl. Semolowaru 45 Surabaya

Tlp. 031 593 1800 (ex.311)

Email : perpus@untag-sby.ac.id

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

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nunuk Zuhliya
NPM : 1511600044
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)** karya ilmiah saya yang berjudul

“HUBUNGAN *SECURE ATTACHMENT* ORANG TUA DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA AWAL”

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

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Pada Tanggal : 14 Juli 2020

Yang Menyatakan,

(Nunuk Zuhliya)

HALAMAN MOTTO

“One of the most difficult adjustments people must make is their fundamental concept and beliefs, about the management of time”

Dan Sullivan

“What is the difference between an obstacle and an opportunity? Our attitude toward it. Every opportunity has a difficulty, and every difficulty has an opportunity”

F. Sidlow Baxter

“The more you do, the more you fail. The more you fail, the more you learn. The more you learn, the better you get”

John C. Maxwell

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk:

Allah SWT, Dzat pemberi kekuatan, keluasan pikiran, dan ketenangan hati. Tempat bersandar ketika putus asa sering menghingapi. Tempat mencurahkan keluh kesah. Dzat Pemberi Petunjuk ketika tersesat dan kehilangan arah tujuan. Kepada orang tua terkasih yang senantiasa memberikan dukungan baik materi, doa dan nasehat; senantiasa membekali dengan restu dan keridhoan agar anaknya tercapai impian dan cita-citanya.

Dan secara khusus saya persembahkan penelitian ini untuk diri saya sendiri, Nunuk Zuhliya, sebagai bentuk rasa terimakasih telah berjuang membagi waktu, tenaga, dan pikiran dalam proses pendidikan selama 4 tahun ini. Terima kasih telah bertahan dan tetap berkomitmen penuh untuk menyelesaikan pendidikan ini meskipun tidak terhitung dorongan untuk menyerah. Terima kasih telah menikmati setiap proses yang dinamis dan mengharu biru selama 4 tahun terakhir ini, dan untuk perjuangan-perjuangan selanjutnya.

CURRICULUM VITAE



I. Biodata Mahasiswa

Nama : NUNUK ZUHLIYA
NPM : 1511600044
Program Studi : Psikologi
Tempat, Tanggal Lahir : Lamongan, 24 Januari 1992
Usia : 28 Tahun
Agama : Islam
Anak Ke : Anak pertama dari 3 bersaudara
Alamat : Desa. Kendalkemlagi RT.01 / RW. 06 Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan
Jenis Kelamin : Perempuan
Status : Belum Kawin
Kewarganegaraan : Indonesia
Suku : Jawa
Email : nunukzuhliya@gmail.com

II. Biodata Orang Tua

Nama Ayah : SUMILIR
Alamat : Desa. Kendalkemlagi RT.01 / RW. 06 Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan
Nama Ibu : SISWATI
Alamat : Desa. Kendalkemlagi RT.01 / RW. 06 Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan

III. Riwayat Pendidikan

MI. Hidayatus Shibyan (1998 – 2004)
MTs. Hidayatus Shibyan (2004 – 2007)
MA. Matholi'ul Anwar (2007 – 2010)

Surabaya, 25 Juni 2020

Nunuk Zuhliya

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya haturkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan *Secure Attachment* dengan Regulasi Emosi Pada Remaja Awal” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelas sarjana psikologi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Proses penyusunan skripsi tidak lepas dari motivasi, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

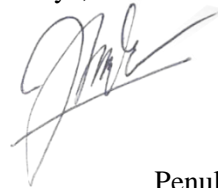
1. Dr. Mulyadi Nugroho, MM., CMA., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Bapak Dr. Suroso, MS, Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Ibu Diah Sofiah, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Keprodi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1924 Surabaya.
4. Ibu Dr. IGA. Noviekayati, M.Si, Psikolog selaku dosen wali yang telah memberikan dukungan kepada penulis selama perkuliahan hingga selesainya skripsi.
5. Ibu Dra. Dwi Sarwindah, MS, Psikolog dan ibu Rahma Kusumandari, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing I dan pembimbing II yang telah sabar memberikan arahan, bimbingan, dukungan serta motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
6. Seluruh dosen serta para staff Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan ilmu, semangat dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Para Siswa dan Guru MTs. Hidayatus Shibyan yang telah berkontribusi dan membantu dalam kelancaran penelitian ini.
8. Keluarga yang selalu mendukung, mendoakan, nasehat, dan bekerja keras untuk keberhasilan kepada peneliti, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu.
9. Dea Yustina yang selalu menjadi teman belajar, berdiskusi, dan support sistem.
10. Mbak Bhinti Nur Khasanah yang selalu menjadi teman diskusi dan teman bertanya ketika bingung dengan materi kuliah hingga diskusi banyak tentang keilmuan psikologi atau isu-isu psikologi yang belum saya ketahui.
11. Kakak Al teman rekeh yang sama-sama gila bukunya tere liye yang sering memberi semangat agar segera menyelesaikan skripsi. Yang sering sharing tentang segala jenis buku, seminar, dan pengalaman yang produktif. Terimakasih

sudah membantu proses penerjemahan alat ukur penelitian ini.

12. Turah, orang yang mentrigger untuk kembali minum kopi. Akhirnya selama proses pengerjaan skripsi, kopi jadi minuman andalan.
13. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan semangat dan doanya.

Penulis menyadari bahwa tidak ada karya yang sempurna selain karya Allah SWT sehingga kritik dan saran demi perbaikan skripsi ini sangat diharapkan penulis. Meski demikian penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Surabaya, 10 Juli 2020



Penulis

ABSTRAK

HUBUNGAN *SECURE ATTACHMENT* ORANG TUA DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA AWAL

Zuhliya, Nunuk

nunukzuhliya@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

Remaja merupakan tahap perkembangan transisi dari periode anak-anak menuju dewasa. Pada periode ini remaja mengalami lonjakan emosi yang diakibatkan adanya pola perilaku baru yang mengakibatkan remaja mencoba berbagai hal dan memunculkan keberanian melakukan pola perilaku beresiko. Lonjakan emosi tersebut terjadi karena remaja mengalami hambatan dalam meregulasi emosinya. Seringkali orang tua tidak memahami perubahan emosi yang dihadapi oleh remaja. Hal ini terjadi karena adanya perubahan pola kelekatan antara remaja dengan orang tuanya. Oleh sebab itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan *secure attachment* orang tua dengan regulasi emosi pada Remaja Awal. Populasi dalam penelitian ini merupakan siswa MTs. Hidayatus Shibyan yang berjumlah 76 Siswa. Teknik pengambilan sample yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Perolehan data dilakukan dengan metode kuisioner menggunakan teknik korelasi product moment. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara *secure attachment* orang tua dengan regulasi emosi pada remaja didasarkan pada taraf $\rho = 0,008$ ($\rho < 0,01$). Dan arah hubungan positif pada kedua variabel dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,311$.

Kunci: *Secure Attachment*, Regulasi Emosi, remaja

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN SECURE ATTACHMENT OF PARENTS WITH EMOTION REGULATION IN EARLY ADOLESCENTS

Zuhliya, Nunuk

nunukzuhliya@gmail.com

Faculty of Psychology 17 Agustus 1945 Surabaya University

Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

Teenagers are the stages of development of the transition from the period of children to adulthood. In this period adolescents experience a surge of emotions caused by new behavior patterns that result in adolescents trying various things and raising the courage to do risky behavior patterns. The surge in emotions occurs because adolescents experience obstacles in regulating their emotions. Often parents do not understand the emotional changes faced by adolescents. This happens because of a change in the pattern of attachment between adolescents and their parents. Therefore, this study was conducted to determine the relationship secure attachment of parentalwith emotional regulation in Early Adolescents. The population in this study were students at MTs. Hidayatus Shibyan with a total of 76 students. The sampling technique used was cluster random sampling. Data was collected using a questionnaire method using the product moment correlation technique. The results showed a very significant relationship between secure attachment parentaland emotional regulation in adolescents based on the level of $p = 0.008$ ($p < 0.01$). And the direction of a positive relationship on the two variables with the value of the correlation coefficient $r = 0.311$.

Keywords: Secure Attachment, Emotion Regulation, adolescents

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN SURAT PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI PENELITIAN.....	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
ABSTRAK.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang.....	1
2. Rumusan Masalah.....	5
B. Tujuan dan Manfaat.....	5
1. Tujuan Penelitian.....	5
2. Manfaat Penelittian.....	5
C. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Regulasi Emosi.....	9
1. Emosi.....	9
a. Definisi Emosi.....	9
b. Ciri-Ciri Emosi.....	10
c. Aspek Emosi.....	11
d. Bentuk Emosi.....	12
e. Ekspresi Emosi.....	12
2. Regulasi Emosi.....	13
a. Definisi Regulasi Emosi.....	13
b. Aspek Regulasi Emosi.....	14
c. Proses Regulasi Emosi.....	15
d. Perkembangan Proses Regulasi Emosi.....	15
e. Strategi Regulasi Emosi.....	17
f. Faktor Pengaruh Regulasi Emosi.....	18
g. Dampak Regulasi Emosi.....	18
B. <i>Secure Attachment</i>	19

1. Konsep Dasar <i>Attachment</i>	19
a. Definisi <i>Attachment</i>	19
b. Gaya <i>Attachment</i>	20
2. <i>Secure Attachment</i>	21
a. Definisi <i>Secure Attachment</i>	21
b. Aspek <i>Secure Attachment</i>	23
c. Indikator <i>Secure Attachment</i>	23
d. Faktor Pengaruh <i>Secure Attachment</i>	24
C. Remaja.....	25
1. Tugas Perkembangan Remaja.....	26
2. Keadaan Emosi Masa Remaja.....	26
3. Hubungan Keluarga.....	27
D. Kerangka Berpikir.....	27
E. Hipotesis.....	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Populasi dan Partisipan.....	31
1. Populasi.....	31
2. Partisipan.....	31
B. Desain Penelitian.....	32
C. Instrumen Penelitian.....	32
1. Skala Regulasi Emosi.....	32
a. Defisini Operasional.....	32
b. Pengembangan Alat Ukur.....	32
c. Pra Uji-Coba.....	34
2. Skala <i>Secure Attachment</i>	35
a. Definisi Operasional.....	35
b. Pengembangan Alat Ukur.....	36
c. Pra Uji-Coba.....	37
D. Uji Prasyarat dan Teknik Analisis Data.....	40
1. Uji Prasyarat.....	40
a. Uji Normalitas.....	40
b. Uji Linieritas.....	40
2. Teknik Analisis Data.....	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	43
1. Pelaksanaan Penelitian.....	43
2. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	43
B. Pembahasan.....	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	47
B. Saran.....	47

DAFTAR PUSTAKA	49
----------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 01. Populasi Penelitian	31
Tabel 02. Sample Penelitian	31
Tabel 03. Distribusi Aitem Skala Regulasi Emosi	33
Tabel 04. Hasil Uji Validasi Aitem Skala Regulasi Emosi	35
Tabel 05. Distribusi Aitem Skala <i>Secure Attachment</i>	36
Tabel 06. Blue Print Skala <i>Secure Attachment</i>	37
Tabel 07. Hasil Uji Validasi Aitem Skala <i>Secure Attachment</i>	39
Tabel 08. Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Secure Attachment</i>	40
Tabel 09. Hasil Uji Normalitas	40
Tabel 10. Hasil Uji Linieritas	41
Tabel 11. Hasil Uji Korelasi <i>Product Moment</i>	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 01. Kerangka Berpikir	29
Gambar 02. Variabel Penelitian	32
Gambar 03. <i>Loading Factor</i> Regulasi Emosi.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A: Skala Aitem Penelitian, Expert Judgment & Profil Expert Judgment	
Lampiran 01: Skala Aitem VARIabel X	54
Lampiran 02. Skala Aitem Variabel Y	56
Lampiran 03. <i>Expert Judgment</i>	57
Lampiran 04. Profil <i>Expert Judgment</i>	58
Lampiran 05. Hasil Alih Bahasa Skala Variabel Y	59
LAMPIRAN B: Tabulasi Penelitian & Data Kasar Hasil Penelitian	
Lampiran 01. Tabulasi Penelitian Variabel X Sebelum Validasi	62
Lampiran 02. Tabulasi Penelitian Variabel X Setelah Validasi	66
Lampiran 03. Data Kasar Variabel X (<i>Google Form</i>).....	70
Lampiran 04. Tabulasi Penelitian Variabel Y	71
Lampiran 04. Data Kasar Variabel Y (<i>Google Form</i>).....	74
LAMPIRAN C: Output SPSS	
Lampiran 01. Ouput SPSS Uji Validitas & Reliabilitas Variabel X Putaran 1 & 2 76	
Lampiran 02. Output SPSS Uji Normalitas	79
Lampiran 03. Out SPSS Uji Linieritas	81
Lampiran 04. Output SPSS Uji Korelasi <i>Product Moment</i>	83
LAMPIRAN D: Surat Izin Penelitian	
Lampiran 01. Izin dari Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	86
Lampiran 02. Izin dari MTs. Hidayatus Shibyan	87