



**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN
RESILIENSI KELUARGA PADA ORANGTUA ANAK
BERKEBUTUHAN KHUSUS (ABK) DI SLB NEGERI
KABUPATEN PATI**

Skripsi

Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh:

ROUDLOTUR ROCHIMAH

NIM: 2018 60 098

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

2024



**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN
RESILIENSI KELUARGA PADA ORANGTUA ANAK
BERKEBUTUHAN KHUSUS (ABK) DI SLB NEGERI
KABUPATEN PATI**

Skripsi

Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh:

ROUDLOTUR ROCHIMAH

NIM: 2018 60 098

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN RESILIENSI KELUARGA PADA ORANGTUA ABK DI SLB NEGERI KOTA PATI

Yang diajukan oleh

ROUDLOTUR ROCHIMAH

NIM. 2018.60.098

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Fajar Kawuryan, S.Psi, M.Si.

Tanggal 30 SEP 2024

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi

Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Diterima Untuk Memenuhi

Sebagian dari Syarat Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada tanggal : 30 SEP 2024

Mengesahkan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Dekan



Dr. Trubus Raharjo, S.Psi, M. Si.

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Fajar Kawuryan, S.Psi, M.Si.

A handwritten signature in black ink, corresponding to the first member of the examination board.

2. Arcivid Chorynia Ruby, S.Psi, M.Psi.

A handwritten signature in black ink, corresponding to the second member of the examination board.

3. Ahmad Faqihuddin, S.PdI., S.Psi., M.Psi

A handwritten signature in black ink, corresponding to the third member of the examination board.

PERSEMBAHAN

Rasa syukur tiada henti saya ucapkan kepada Tuhan YME. Tiada lembar yang paling inti dalam skripsi ini, kecuali lembar persembahan. Skripsi ini tertulis sebagai persembahan dan tanda bukti pada orangtua, Mama & Kakak yang tidak pernah lelah memberi *support* dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini, serta selalu mengalirkan doa – doa terbaik untuk penulis. Sebaik – baiknya skripsi ialah skripsi yang selesai, dan alasan yang membuat saya dapat berdiri hingga saat ini merupakan alasan yang sepenuhnya baik.

Para dosen dan staf Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang terhormat, yang membagikan ilmu dan pengalamannya. Almamater saya, Fakultas Psikologi

Universitas Muria Kudus

Terima kasih.

MOTO

“ Kesuksesan dan Kebahagiaan terletak pada diri sendiri. Tetaplah berbahagia, karena kebahagiaanmu dan dirimu sendiri yang akan membentuk karakter kuat untuk melawan kesulitan “

(Hellen Keller)

“Parents, siblings and friends are just fleeting guests, people have to live for themselves. “

(Emma)

“ Direndahkan dimata manusia, namun ditinggikan dimata Tuhan. Prove them wrong ”

(Unknown)

“ Don't waste your time with explanations. People only hear what they want to hear. “

(Paulo Coelho)

PRAKATA

Puji dan syukur selalu penulis ucapkan atas segala rahmat dan karunia yang telah diberikan oleh Tuhan YME sehingga karya sederhana ini dapat terselesaikan, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Muria Kudus.

Penulis menyelesaikan pembuatan Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Resiliensi Keluarga Pada Orangtua ABK di SLB Negeri Kota Pati” ini melalui proses yang panjang. Tidak mudah pula bagi penulis untuk menyelesaikannya jika tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karenanya pada kesempatan ini, dengan segenap ketulusan dan kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Trubus Raharjo, S. Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
2. Ibu Fajar Kawuryan, S. Psi., M. Si selaku dosen pembimbing yang telah berkenan meluangkan waktu untuk memberi bimbingan, masukan, serta arahan dari awal hingga akhir penulisan skripsi ini.
3. Keponakan tersayang penulis, bernama Hanif, Nabila, dan Alnaira, yang telah memberi warna di kehidupan penulis.
4. Yang dikenal sebagai Brandal Lokajaya, Wali Nyleneh, Sang penurun Raja Jawa, SDISKS PB.III, dan yang tidak dapat disebutkan selaku para Eyang leluhur yang

telah menjadi sumber kekuatan, kedamaian, dan ketenangan jiwa penulis selama ini.

5. MN.X, seorang yang menjadi alasan penulis bersemangat mendidik diri dan menaikkan *value* hingga menjadi pribadi yang lebih baik selama kurang lebih 3 tahun ini.
6. Nadia beserta Keluarga yang selalu mendukung dan memberi perasaan bahagia yang sesungguhnya layaknya sebuah keluarga yang memiliki tingkat resilien tinggi.
7. *Ku*, Adrian Avita Kurniawan dan *Ong* Abrian Kristianto Nugroho yang telah menjadi *partner*, sahabat, sekaligus pelindung dan *support system* layaknya kakak/adik bagi penulis selama ini.
8. Nauva, Rein, Anny, Feby, Indah, dan Marsellino selaku teman baik dari awal perkuliahan hingga saat ini yang tiada hentinya memberi motivasi dan menambahkan energi positif dan bahagia kepada penulis.
9. Sarah & Mami Sukma, Frangky dkk. selaku teman sekaligus keluarga bukan sedarah yang selama ini selalu berusaha ada dan menyayangi penulis.

Kudus, 23 Juli 2024

Penulis



Roudlotur Rochimah

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERSEMBAHAN	v
MOTO	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRACT	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	10
C. Manfaat Penelitian	10
BAB II LANDASAN TEORI	12
A. Resiliensi Keluarga	12
1. Definisi Resiliensi Keluarga	12
2. Faktor Resiliensi Keluarga	13
3. Aspek – Aspek Family Resilience	17
B. Regulasi Emosi	25
1. Definisi Regulasi Emosi	25
2. Aspek – Aspek Regulasi Emosi	26
C. Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Resiliensi Keluarga	28
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Identifikasi Variabel	32
B. Definisi Operasional Variabel	32
1. Resiliensi Keluarga	32

2. Regulasi Emosi.....	33
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	34
1. Populasi.....	34
2. Sampel Penelitian	34
D. Metode Pengumpulan Data	35
1. Skala Regulasi Emosi	35
2. Skala Resiliensi Keluarga	36
E. Validitas dan Reliabilitas.....	37
1. Validitas	37
2. Reliabilitas	38
F. Metode Analisis Data.....	38
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	39
A. Orientasi Kancan dan Persiapan	39
1. Orientasi Kancan	39
2. Persiapan	42
B. Pelaksanaan Penelitian	44
C. Hasil Penelitian	45
1. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas.....	45
2. Analisis Data	48
D. Pembahasan	50
BAB V PENUTUP	56
A. Simpulan.....	56
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Tabel Blue Print Skala Regulasi Emosi	36
Tabel 2 Blue Print Skala Resiliensi Keluarga	37
Tabel 3 Blue Print Skala Regulasi Emosi	43
Tabel 4 Blue Print Skala Resiliensi Keluarga	44
Tabel 5 Sebaran aitem Regulasi Emosi Valid & Gugur	46
Tabel 6 Sebaran aitem Resiliensi Keluarga Valid & Gugur	47
Tabel 7 Hasil Uji Normalitas	48
Tabel 8 Hasil Uji Linieritas	49
Tabel 9 Hasil Uji Hipotesis	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Data Try Out Terpakai
	A-1 Data Resiliensi Keluarga
	A-2 Data Regulasi Emosi
Lampiran B	Validitas dan Reliabilitas
	B-1 Validitas dan Reliabilitas Resiliensi Keluarga
	B-2 Validitas dan Reliabilitas Regulasi Emosi
Lampiran C	Data Penelitian
	C-1 Data Valid Resiliensi Keluarga
	C-2 Data Valid Regulasi Emosi
	C-3 Data Analisis Hubungan
Lampiran D	Uji Asumsi
	D-1 Uji Normalitas
	D-2 Uji Linieritas
	D-3 Uji Analisis <i>Product Moment</i>
	D-4 Kategorisasi
Lampiran E	Skala Penelitian
Lampiran F	Surat Pengantar Telah Melakukan Penelitian

**CORRELATION BETWEEN EMOTIONAL REGULATION AND
FAMILY RESILIENCE ON PARENTS OF CHILDREN WITH
DISABILITIES AT THE STATE SPECIAL SCHOOL IN PATI REGENCY**

ABSTRACT

Parents of disabilities children with family resilience and appropriate emotional regulation will determine how the development of children with special needs, especially in SLB Negeri Pati. Children with disabilities are children who experience physical, mental-intellectual, social, and emotional limitations or abnormalities that significantly affect their growth and development process compared to normal children of the same age. This will certainly affect the harmony of a family, especially the parental readiness. Having children with disabilities requires high emotional regulation and resilience in the family. This study aims to examine the corelation between emotional regulation and family resilience in parents of children with disabilities. The subjects in this study were parents of children with disabilities in SLB N Pati with a sample size of 120 parents. This sampling technique uses purposive sampling, and the measuring instrument used are the family resilience scale and the emotion regulation scale. The results analysis of the two variables r_{xy} is 0.485 with p of 0.000 ($p < 0.01$) with an effective contribution of 23.5%. These results indicate that there is a very significant correlation between emotion regulation and family resilience in parents of children with disabilities, so that the hypothesis in this study is accepted.

Keywords: *Children with Disabilities, Emotion Regulation, Family Resilience*

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN RESILIENSI
KELUARGA PADA ORANGTUA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
(ABK) DI SLB NEGERI KABUPATEN PATI**

ABSTRAK

Orangtua anak berkebutuhan khusus dengan resiliensi keluarga dan regulasi emosi yang sesuai, akan menentukan bagaimana tumbuh kembang anak berkebutuhan khusus tersebut, khususnya di SLB Negeri Pati. ABK adalah anak yang mengalami keterbatasan atau keluarbiasaan baik fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional yang berpengaruh secara signifikan dalam proses tumbuh kembangnya dibandingkan dengan anak normal seusianya. Memiliki ABK dibutuhkan regulasi emosi dan resiliensi yang tinggi dalam keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara regulasi emosi dengan resiliensi keluarga pada orangtua ABK. Subjek dalam penelitian ini yaitu orangtua anak berkebutuhan khusus (ABK) di SLB N Pati dengan jumlah sampel sebanyak 120 orangtua. Teknik pengambilan sampel ini menggunakan *purposive sampling*, dan alat ukur yang digunakan adalah skala resiliensi keluarga dan skala regulasi emosi. Hasil koefisien korelasi dari kedua variabel r_{xy} sebesar 0,485 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,01$) dengan sumbangan efektif 23,5%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara regulasi emosi dengan resiliensi keluarga pada orangtua ABK sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata kunci : anak berkebutuhan khusus, regulasi emosi, resiliensi keluarga