



**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN *SIBLING RIVALRY*
PADA ANAK TENGAH**

SKRIPSI

Mutia Sari

46122010023

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2026



**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN *SIBLING RIVALRY*
PADA ANAK TENGAH**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana
(S-1) pada Program Studi Psikologi**

Mutia Sari

46122010023

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2026

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mutia Sari
NIM : 46122010023
Fakultas/Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir berjudul:
“Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan *Sibling Rivalry* pada Anak Tengah Remaja Akhir”
adalah hasil karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiarisme, pelanggaran hak cipta,
atau konten ilegal dalam bentuk apapun dan tidak melanggar hukum atau hak pihak manapun.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia
menanggung seluruh konsekuensi hukum dan membebaskan Universitas Mercu Buana dari
segala bentuk tuntutan hukum dan saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di
Universitas Mercu Buana.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana
mestinya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 23 Februari 2026



Mutia Sari

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama : MUTIA SARI
NIM : 46122010023
Program Studi : S1 Psikologi

dengan judul

“HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN *SIBLING RIVALRY* PADA ANAK TENGAH REMAJA AKHIR”, telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 21 Februari 2026 didapatkan nilai persentase sebesar 26%.

Jakarta, 23-feb-2026.

Administrator Turnitin

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Mutia Sari

NIM : 46122010023

Program Studi : Psikologi

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN SIBLING RIVALRY PADA ANAK

Judul Laporan Skripsi : TENGAH REMAJA AKHIR

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing



Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog
NIDN/NUPTK: 0308098203

MERCU BUANA

Jakarta, 28 Februari 2026

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Miliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

NIDN/NUPTK: 0316058002

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

NIDN/NUPTK: 0324068701

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana (S-1) Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Peneliti menyadari bahwa tanpa ada bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng., selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meilliyandrie Indah Wardani, Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog., selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog., selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Nurul Adiningtyas, S.Psi., M.Psi., Psikolog., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang telah memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran, perhatian dan kasih sayang kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Para Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan memotivasi peneliti hingga saat ini.
7. Bapak dan Ibu, selaku orang tua yang selalu mendoakan dan memberikan semangat yang tiada hentinya agar peneliti tetap semangat dalam mengerjakan skripsi ini.
8. Ahmad Lutfhi Ali Hapiz, S.Sos. yang telah hadir dan turut kebersamai proses ini. Di tengah dinamika penyusunan skripsi yang penuh tantangan, kehadiran, dukungan, serta waktu yang diberikan dengan tulus menjadi salah satu hal yang patut disyukuri. Terima kasih atas kesediaan untuk mendengarkan keluh kesah, memberi semangat di saat lelah, serta menjadi

peringat untuk tetap tenang dan percaya pada proses. Meskipun tidak selalu terucap, kontribusinya memiliki arti tersendiri dalam perjalanan ini.

9. Seluruh teman-teman yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu, menyemangati, dan mendukung selama pengerjaan skripsi ini.

Akhir kata, saya memohon kepada Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan dari semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Jakarta, 19 Februari 2026



Mutia Sari



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR DI
REPOSITORI UMB**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Mutia Sari
NIM : 46122010023
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Sibling Rivalry Pada Anak Tengah

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 13 Maret 2026

Yang menyatakan,



Mutia Sari

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN *SIBLING RIVALRY* PADA ANAK TENGAH

MUTIA SARI

ABSTRAK

Persaingan antar saudara atau sibling rivalry merupakan fenomena yang umum terjadi, terutama pada masa remaja ketika individu sedang mengalami perkembangan emosi dan pencarian identitas diri. Persaingan tersebut dapat muncul dalam berbagai bentuk, mulai dari kompetisi yang sehat hingga konflik yang bersifat destruktif. Salah satu faktor psikologis yang diduga berperan dalam memengaruhi dinamika hubungan tersebut adalah kemampuan individu dalam mengelola emosinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan sibling rivalry pada anak tengah remaja akhir. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 159 remaja akhir laki-laki dan perempuan berusia 15-21 tahun yang berdomisili di Jakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan metode *non-probability sampling*. Instrumen yang digunakan berupa skala *Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)* dan skala *Sibling Conflict Strategy Scale (SCSS)* yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dan *sibling rivalry*. Artinya, semakin baik kemampuan regulasi emosi pada remaja anak tengah, maka semakin rendah tingkat *sibling rivalry* yang dialami. Sebaliknya, rendahnya regulasi emosi berkaitan dengan tingginya *sibling rivalry*. Temuan ini menunjukkan bahwa regulasi emosi berperan penting dalam mengurangi konflik dan persaingan antar saudara pada remaja.

Kata kunci: regulasi emosi, *sibling rivalry*, anak tengah.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL REGULATION AND
SIBLING RIVALRY IN MIDDLE CHILDHOOD**

MUTIA SARI

ABSTRACT

Sibling rivalry is a common phenomenon that occurs in families, especially during adolescence when individuals are experiencing emotional development and identity exploration. This rivalry can appear in various forms, ranging from healthy competition to destructive conflict. One psychological factor that is assumed to influence this dynamic relationship is an individual's ability to regulate emotions. This study aims to examine the relationship between emotion regulation and sibling rivalry among middle-born late adolescents. The participants in this study were 159 male and female late adolescents aged 15–21 years who reside in Jakarta. This research employed a quantitative approach with a correlational design. The sampling technique used was non-probability sampling. The instruments used in this study were the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) and the Sibling Conflict Strategy Scale (SCSS), which had undergone validity and reliability testing. The results of the data analysis showed a significant negative relationship between emotion regulation and sibling rivalry. This means that the better the emotion regulation ability of middle-born adolescents, the lower the level of sibling rivalry they experience. Conversely, lower emotion regulation is associated with higher levels of sibling rivalry. These findings indicate that emotion regulation plays an important role in reducing conflict and competition between siblings during adolescence.

Keywords: emotion regulation, sibling rivalry, middle child.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	0
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN <i>SIMILARITY CHECK</i>	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Sibling Rivalry	10
2.1.1 Definisi Sibling Rivalry	10
2.1.2 Dimensi <i>Sibling Rivalry</i>	11
2.1.3 Faktor-faktor yang memengaruhi <i>Sibling Rivalry</i>	12
2.2 Regulasi Emosi	12
2.2.1 Definisi Regulasi Emosi.....	12
2.2.2 Dimensi Regulasi Emosi	13
2.2.3 Faktor faktor yang memengaruhi regulasi emosi	14
2.3 Penelitian Terdahulu	16

2.4	Dinamika Penelitian	22
2.5	Kerangka Berpikir.....	23
2.6	Hipotesis Penelitian.....	24
BAB III METODE PENELITIAN		25
3.1	Desain Penelitian.....	25
3.2	Populasi dan Sampel.....	25
3.2.1	Populasi.....	25
3.2.2	Sampel.....	25
3.3	Definisi Operasional Variabel	26
3.3.1	<i>Sibling Rivalry</i>	26
3.3.2	Regulasi Emosi.....	26
3.4	Instrumen Penelitian	27
3.4.1	Skala <i>Sibling Conflict Strategy Scale (SCSS)</i>	27
3.4.2	Skala <i>Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)</i>	27
3.5	Uji Validitas dan Reliabilitas	28
3.5.1	Uji Validitas	28
3.5.2	Uji Reliabilitas	29
3.6	Teknik Analisis Data.....	30
3.7	Uji Asumsi Klasik	30
3.8	Uji Hipotesis.....	31
BAB IV PEMBAHASAN.....		33
4.1	Gambaran Umum Subjek	33
4.1.1	Gambaran Subyek berdasarkan Usia.....	34
4.1.2	Gambaran Subyek berdasarkan Jenis Kelamin	35
4.1.3	Gambaran Subyek berdasarkan Domisili	36
4.1.4	Gambaran Subyek berdasarkan Pendidikan Terakhir	37
4.1.5	Gambaran Subyek berdasarkan Anak Ke Berapa	38
4.2	Analisis Deskriptif dan Kategorisasi	39
4.2.1	Analisis Deskriptif.....	39
4.2.2	Analisis Kategorisasi	41
4.3	Uji Asumsi Klasik	42
4.3.1	Uji Normalitas	42

4.4	Uji Hipotesis	42
4.4.1	Uji Korelasi <i>Spearman's rho</i>	42
4.5	Uji Tambahan	44
4.5.1	Uji Korelasi Antar Dimensi	44
4.5.2	Uji Beda <i>Mann-Whitney U Test</i>	46
4.6	Diskusi	49
BAB V	PENUTUP	52
5.1	Kesimpulan	52
5.2	Keterbatasan Penelitian	52
5.3	Saran	53
5.3.1	Saran Teoritis	53
5.3.2	Saran Praktis	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	60



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	16
Tabel 3. 1 BluePrint Sibling Conflict Strategy Scale (SCSS).....	27
Tabel 3. 2 BluePrint Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)	28
Tabel 3. 3 Uji Reliabilitas	29
Tabel 4. 1 Frekuensi Usia.....	34
Tabel 4. 2 Frekuensi Jenis Kelamin	35
Tabel 4. 3 Frekuensi Domisili	36
Tabel 4. 4 Frekuensi Pendidikan Terakhir	37
Tabel 4. 5 Frekuensi Anak Ke Berapa	38
Tabel 4. 6 Analisis Deskriptif	40
Tabel 4. 7 Kategorisasi Regulasi Emosi.....	41
Tabel 4. 8 Kategorisasi Sibling Rivalry	41
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas	42
Tabel 4. 10 Hasil Uji Korelasi.....	43
Tabel 4. 11 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi	45
Tabel 4. 12 Hasil Uji Korelasi.....	45
Tabel 4. 13 Hasil Uji Beda Jenis Kelamin	47
Tabel 4. 14 Hasil Uji Beda Usia.....	48
Tabel 4. 15 Hasil Uji Anak Ke Berapa.....	48

MERCU BUANA

DAFTAR GAMBAR

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



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kartu Asistensi Tugas Akhir	60
Lampiran 2 Expert Judgement Sibling Conflict Strategy Scale.....	61
Lampiran 3 Expert Judgement ERQ	64
Lampiran 4 KATA PENGANTAR FORM.....	68
Lampiran 5 Hasil Analisis Statistik (SPSS)	70
Lampiran 6 Hasil Uji Turnitin.....	84
Lampiran 7 <i>Curriculum Vitae</i> (CV).....	85

