



**HUBUNGAN ANTARA *FATHER INVOLVEMENT* DENGAN REGULASI EMOSI
PADA DEWASA AWAL DI JAKARTA**



SKRIPSI

BAYU SASONGKO

46121010198

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2025



**HUBUNGAN ANTARA *FATHER INVOLVEMENT* DENGAN REGULASI EMOSI
PADA DEWASA AWAL DI JAKARTA**

SKRIPSI

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

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

BAYU SASONGKO

46121010198

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2025

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bayu Sasongko

NIM : 46121010198

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara *Father Involvement* dengan Regulasi Emosi pada Dewasa Awal Di Jakarta

Menyatakan Laporan Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 18 Juli 2025



Bayu Sasongko

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Bayu Sasongko

NIM : 46121010198

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Father Involvement dengan Regulasi Emosi pada Dewasa Awal di Jakarta

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 : Yenny, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0324048702

Ketua Penguji : Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si.
NIDN : 0312047205

Penguji 1 : Dr. Arie Suciyana Sriyanto, M.Si.
NIDN : 0311107804



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 1 Agustus 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi

Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang senantiasa telah menganugerahkan rahmat, dan hidayah – Nya kepada penulis dalam rangka menyelesaikan karya Tugas Akhir yang berjudul “Hubungan antara *Father Involvement* dengan Regulasi Emosi pada Dewasa Awal di Jakarta”. Karya Tugas Akhir ini disusun guna untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana Psikologi (S. Psi) pada program studi Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta.

Dalam menyusun Tugas Akhir ini penulis merasa amat sangat bersyukur atas bantuan dan dorongan semangat, bimbingan, dan pengarahan dari berbagai pihak yang sudah sangat bersedia untuk membantu penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir penulis dengan baik. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Yenny, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi serta Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang dengan sabar membimbing peneliti serta memotivasi peneliti selama pengerjaan Tugas Akhir berlangsung.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M. Psi, Psikolog. selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Bapak Dani Irmawan S. Psi. M.Sc., selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
6. Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si., selaku ketua sidang dan Ibu Dr. Arie Suciyana Sriyanto, M.Si., selaku dosen penguji atas koreksi dan arahan serta masukan bagi skripsi peneliti.
7. Ibu Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog selaku Dosen *reviewer* dalam seminar proposal saya yang telah memberikan masukan dan kritik untuk membangun penelitian ini menjadi lebih baik.
8. Terimakasih kepada staff tata usaha fakultas psikologi mercu buana, yang sudah membantu penulis dari awal sampai selesainya tugas akhir ini.
9. Keluarga, Bapak Sugianto, Bunda Kardiana, Mamah Siti Nurhayati, Anom Wicaksono, dan Bagus Jatmiko yang telah memberikan segalanya kepada penulis, dari kasih sayang, perhatian, materi dan lainnya. Sehingga penulis mampu untuk meneruskan studi ini sampai ke titik akhir perkuliahan.

10. Teman seperjuangan penulis pada perkuliahan, yang telah menemani dan kebersamai penulis sampai tugas akhir ini, Roudotul Firdaus, Ica Tajudin, Moeh Shidqi Rizqulloh, Nuno Rekso Rismono, Amrullah, Lailatul Badi'ah, Nabila Azzahra. Terimakasih telah memberikan cerita seneng, sedih, menegangkan, semangat serta motivasi yang membangun bagi penulis untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
11. Teman teman komunitas naik gunung, Berisi Riyan Anugerah Khalik, Faiqbal Maulana, Naufal Ikhsan, Lascha Tona, yang sudah menemani penulis untuk melepas penat dari kesibukan perkuliahan.
12. Teman teman penulis dari SMA, Rangga suka gym, Dewo beler, Rizky ucin, Taaqif lele, Vito Suharto, Battar bondek, Abdullah Gaming Ilyas, Khirzan bantet. Terimakasih atas candaan dan jenakanya selama ini, sehingga membuat peneliti bertahan didalam dunia perkuliahan.
13. Organisasi HMF Psikologi UMB khususnya Kabinet Nirvana Tercinta dan Ikatan Lembaga Mahasiswa Indonesia Wilayah II. Terimakasih telah memberikan tanggungjawab yang besar yang tidak semua orang mampu mengambilnya. Terimakasih karena sudah membentuk, memberikan tamparan, kenangan, dan cerita cerita yang indah dan berkesan bagi penulis selama penulis menjalani perkuliahan. Terimakasih atas kesempatan yang tidak bisa penulis dapatkan kemabali dikemudian hari.
14. Terimakasih kepada Laboratorium Psikometri dan para asisten lab, yang sudah membantu dalam *Expert Judgement* dan pengarahan untuk olah data.
15. Terimakasih kepada teman teman penulis yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang selama ini telah menemani penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
16. Terimakasih kepada pemilik NIM 46121010106. "Alasan seseorang dapat menyelesaikan skripsi ada dua, sakit hati atau jatuh cinta". Terimakasih telah memberikan keduanya, menjadi embun yang menyambut dipagi hari, dan menjadi ruang yang menakutkan pada malam hari, serta pelangi indah yang singgah sebentar dikala hujan reda. Terimakasih telah menjadi segalanya, rumah singgah yang nyaman, dan tempat berkeluh kesah. Segala resah yang sempat disampaikan, berakhir menjadi luka yang perlahan kian mereda. Terimakasih telah memberi warna pada kanvas yang hitam putih. Sampai berjumpa di kehidupan lain.
17. Terimakasih kepada diri sendiri, kepada Bayu Sasongko kecil, Bayu Sasongko remaja, Bayu Sasongko dewasa. Terimakasih karena atas ribuan alasan yang datang untuk menyuruh menyerah, namun anda tetap memilih terus berjuang. Badainya lebat,

petirnya terus menyambar, terpaan ombak selalu menerjang, terimakasih sudah berdiri kokoh melawan itu semua. Tidak tahu berapa banyak sedih, berapa banyak marah, berapa banyak kecewa, berapa banyak gelisah, berapa banyak kesal, terimakasih sudah memberikan senyuman terindah dan tertulus, untuk menutupi semuanya. Sekali lagi terima kasih.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, peneliti terbuka untuk kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta menjadi kontribusi kecil dalam pengembangan ilmu psikologi.

Jakarta, 18 Juli 2025.

Penulis



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

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

Nama : Bayu Sasongko

NIM : 46121010198

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara *Father Involvement* dengan Regulasi Emosi pada Dewasa Awal Di Jakarta

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, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi 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, 18 Juli 2025

Yang menyatakan,



Bayu Sasongko

ABSTRAK

Nama : Bayu Sasongko

NIM : 46121010198

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Father Involvement dengan Regulasi Emosi pada Dewasa Awal di Jakarta

Pembimbing : Yenny, M.Psi., Psikolog.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Father Involvement* dengan regulasi emosi pada dewasa awal di Jakarta. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah desain kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini yaitu *non-probability sampling* dengan memperoleh 304 responden dewasa awal yang berada pada wilayah Jakarta. Alat ukur yang digunakan pada penelitian kali ini adalah *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) untuk mengukur regulasi emosi, dan *Father Involvement Scale* (FIS). Data dianalisis dengan uji normalitas, uji uji korelasi *Spearman*, dan uji beda non-parametrik (Mann-Witney U dan Kruskal-Wallis). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *Father Involvement* terhadap strategi regulasi emosi *Cognitive Reappraisal* dengan hasil positif, namun tidak terdapat hubungan pada strategi regulasi emosi *Expressive Suppression*, yang berarti semakin tinggi keterlibatan ayah, maka akan semakin tinggi juga regulasi yang akan dimiliki oleh seseorang. Pada uji antar dimensi seluruh dimensi *Father Involvement* berhubungan dengan *Cognitive Reappraisal*, dimensi *expressive* dengan kategori hubungan rendah, *instrumental* juga masuk kedalam kategori sedang, dan *mentoring* masuk kedalam kategori rendah. Hasil temuan ini terlihat bahwa keterlibatan ayah berhubungan dengan regulasi emosi pada dewasa awal di Jakarta, terlebih pada dimensi *instrumental*. Sehingga, diharapkan seorang ayah cukup terlibat didalam keseharian dan kegiatan aktivitas praktis anak.

Kata Kunci: *Father Involvement*, Regulasi Emosi *Cognitive Reappraisal*, Regulasi Emosi *Expressive Suppression*, Dewasa Awal

ABSTRACT

Name : Bayu Sasongko
NIM : 46121010198
Study Program : Psychology
Thesis Report Title : *The Relationship Between Father Involvement and Emotional Regulation in Early Adulthood in Jakarta*
Counsellor : Yenny, M.Psi., Psikolog.

This study aims to determine the relationship between father involvement and emotional regulation in young adults in Jakarta. The method used in this study is a quantitative design with a correlational approach. The sampling technique used in this study is non-probability sampling, obtaining 304 young adult respondents in the Jakarta area. The measurement tools used in this study were the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) to measure emotional regulation and the Father Involvement Scale (FIS). Data were analyzed using normality tests, Spearman's correlation tests, and non-parametric difference tests (Mann-Whitney U and Kruskal-Wallis). The results of the study indicate that there is a positive and significant relationship between Father Involvement and the Cognitive Reappraisal emotion regulation strategy with positive results, but there is no relationship with the Expressive Suppression emotion regulation strategy, meaning that the higher the father's involvement, the higher the regulation that a person will have. In the inter-dimensional test, all dimensions of Father Involvement were related to Cognitive Reappraisal, the expressive dimension was in the low relationship category, the instrumental dimension was in the moderate category, and the mentoring dimension was in the low category. These findings indicate that father involvement is related to emotional regulation in early adulthood in Jakarta, particularly in the instrumental dimension. Therefore, it is hoped that fathers will be sufficiently involved in their children's daily lives and practical activities.

Keywords: *Father Involvement, Emotion Regulation through Cognitive Appraisal, Emotion Regulation through Expressive Suppression, Early Adulthood*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Teoritis	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
BAB II	8
TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Regulasi Emosi.....	8
2.1.1 Definisi Regulasi Emosi	8
2.1.2 Dimensi Regulasi Emosi	8
2.1.3 Faktor - Faktor Regulasi Emosi.....	9
2.2 Father Involvement	10
2.2.1 Definisi Father Involvement.....	10
2.2.2 Dimensi Father Involvement.....	10
2.2.3 Pola - Pola <i>Father Involvement</i>	11
2.3 Penelitian Terdahulu	11
2.4 Dinamika Penelitian	15
2.5 Kerangka Berpikir	17

2.6 Hipotesis Penelitian.....	17
BAB III.....	18
METODE PENELITIAN.....	18
3.1 Desain Penelitian.....	18
3.2 Populasi dan Sampel	18
3.2.1 Populasi	18
3.2.2 Sampel	18
3.2.3 Teknik Sampling.....	18
3.3 Teknik Pengumpulan Data	18
3.4 Definisi Operasional.....	19
3.4.1 Variabel Regulasi Emosi (Y).....	19
3.4.2 Variabel <i>Father Involvement</i> (X)	19
3.5 Instrumen Penelitian.....	19
3.5.1 Alat Ukur Regulasi Emosi.....	19
3.5.2 Alat Ukur <i>Father Involvement</i>	20
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas	21
3.6.1 Uji Validitas.....	21
3.6.2 Uji Reliabilitas.....	21
3.7 Try Out.....	21
3.8 Analisis Data	22
3.8.1 Analisis Deskriptif.....	22
3.8.2 Analisis Inferensial.....	22
3.8.3 Analisis Tambahan	22
BAB IV.....	24
HASIL DAN PEMBAHASAN	24
4.1 Gambaran Umum Subjek.....	24
4.1.1 Deskripsi Demografi.....	24
4.2 Hasil Analisis Deskriptif dan Kategorisasi	31
4.2.1 Analisa Deskriptif.....	31
4.2.2 Kategorisasi Skor Variabel Penelitian.....	31
4.3 Uji Asumsi Klasik	35
4.3.1 Uji Normalitas	35
4.4 Uji Hipotesis.....	36
4.4.1 Uji Korelasi.....	36

4.5 Analisis Tambahan.....	38
4.5.1 Uji Korelasi Antar Dimensi.....	38
4.5.2 Uji Beda Antar Kelompok Demografi.....	39
4.6 Pembahasan.....	52
BAB V	57
KESIMPULAN DAN SARAN.....	57
5.1 Kesimpulan.....	57
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	57
5.3 Saran.....	57
5.3.1 Saran Teoritis.....	57
5.3.2 Saran Praktis	58
DAFTAR PUSTAKA.....	59
LAMPIRAN.....	63



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue Print Emotion Regulation Questionnaire (ERQ).....	20
Tabel 3. 2 Blue Print <i>Father Involvement</i> Scale (FIS).....	20
Tabel 3.3 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Regulasi Emosi.....	21
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Variabel <i>Father Involvement</i>	22
Tabel 4. 1 Frekuensi Jenis Kelamin.....	24
Tabel 4. 2 Frekuensi Usia	25
Tabel 4. 3 Frekuensi Agama	25
Tabel 4. 4 Frekuensi Pekerjaan.....	26
Tabel 4. 5 Frekuensi Domisili.....	27
Tabel 4. 6 Frekuensi Tempat Tinggal	28
Tabel 4. 7 Frekuensi Pendidikan Ayah	28
Tabel 4. 8 Frekuensi Pekerjaan Ayah	29
Tabel 4. 9 Frekuensi Status Pernikahan Orang Tua.....	30
Tabel 4. 10 Analisa Deskriptif	31
Tabel 4. 12 Kategorisasi data Variabel <i>Father Involvement</i>	34
Tabel 4. 13 Kategorisasi data Variabel Regulasi Emosi Cognitive Reappraisal	34
Tabel 4. 14 Kategorisasi data Variabel Regulasi Emosi Expressive Supression.....	35
Tabel 4. 15 Hasil Uji Normalitas	36
Tabel 4. 16 Hasil Uji Korelasi	37
Tabel 4. 17 Tingkatan Korelasi.....	37
Tabel 4. 18 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi.....	38
Tabel 4. 19 Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia	39
Tabel 4. 20 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin.....	41
Tabel 4. 21 Hasil Uji Beda Berdasarkan Tempat Tinggal	41
Tabel 4. 22 Hasil Uji Beda Berdasarkan Agama	42
Tabel 4. 23 Hasil Uji Beda Berdasarkan Domisili.....	44
Tabel 4. 24 Hasil Uji Beda Berdasarkan Pekerjaan.....	45
Tabel 4. 25 Hasil Uji Beda Berdasarkan Pendidikan Ayah.....	46
Tabel 4. 26 Hasil Uji Beda Berdasarkan Pekerjaan Ayah	48
Tabel 4. 27 Hasil Uji Beda Berdasarkan Status Pernikahan Orang Tua.....	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berfikir	17
-------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner.....	63
Lampiran 2 Blue Print Skala <i>Father Involvement</i> Scale (FIS)	69
Lampiran 3 Blue Print Skala Emotional Regulation Questionnaire (ERQ)	70
Lampiran 4 Hasil Uji Reliabilitas	70
Lampiran 5 Hasil Uji Asumsi (Normalitas).....	71
Lampiran 6 Hasil Uji Hipotesis	71
Lampiran 7 Hasil Uji Antar Dimensi.....	72
Lampiran 8 Hasil Uji Beda	73
Lampiran 9 Hasil Data Demografi.....	82
Lampiran 10 Hasil Analisis Deskriptif	85
Lampiran 11 Hasil Kategori.....	85
Lampiran 12 Hasil Pra Survey	86
Lampiran 13 Google Form Kuesioner	88
Lampiran 14 Hasil Data (Excel)	88

