

Hubungan Antara Kepribadian Hardiness terhadap Regulasi Emosi Pada Dewasa Awal Yang Mengalami Broken Home

by Intan Surya Chamelia

Submission date: 04-Aug-2025 11:17AM (UTC+0700)

Submission ID: 2724961346

File name: turnitin_skripsi_21230306_intan_surya_chamelia_psikologi.docx (178.28K)

Word count: 11272

Character count: 75343

⁵³ HUBUNGAN ANTARA KEPERIBADIAN *HARDINESS* TERHADAP
REGULASI EMOSI PADA ⁹ DEWASA AWAL YANG
MENGALAMI *BROKEN HOME*

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh :

Intan Surya Chamelia

212303063

² PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL
UNIVERSITAS JENDERAL AHMAD YANI YOGYAKARTA
2025

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dewasa bukan sekadar bertambahnya usia, tetapi juga perjalanan penuh tantangan dalam memahami diri sendiri, mengelola emosi, dan beradaptasi dengan berbagai perubahan hidup. Terutama saat individu menjadi dewasa awal dimana fase transisi yang penuh tantangan. Dewasa awal didefinisikan sebagai ¹⁷ masa peralihan dari remaja ke dewasa, dan menurut Santrock ^{usia} dewasa awal adalah antara 18 hingga 25 tahun (Dimas, Siswanti & Ansar, 2023). Pada masa ini individu sedang berada di masa dimana perubahan secara progresif baik fisik, kognitif dan psikologis-emosional (Nasution, Wibowo, Nasution & Edith, 2024). Tidak hanya perubahan, di masa ini merupakan periode pencarian jati diri, pencapaian kestabilan, serta tahap reproduksi.

Menurut teori perkembangan periode transisi dikenal sebagai istilah dengan istilah *emerging adulthood* merujuk pada seseorang yang sedang selama fase ¹¹⁴ peralihan dari usia remaja ke usia dewasa awal, biasanya terjadi antara usia 18 sampai 29 tahun sejalan dengan pernyataan Papalia dan Olds menyatakan, orang akan belajar berpikir lebih abstrak dan akan belajar menjadi lebih mandiri (Asrar & Taufani, 2022). Selain itu, Hurlock juga

menjelaskan masa dewasa awal juga ditandai oleh ketegangan emosional.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
PERPUSTAKAAN
YOGYAKARTA

Ketegangan kerap muncul dalam bentuk rasa takut atau kekhawatiran, yang umumnya berkaitan dengan kemampuan individu dalam beradaptasi terhadap permasalahan yang dihadapi, serta tingkat keberhasilan atau kegagalannya dalam menyelesaikan permasalahan tersebut (Budiani, Ratnaningrum & Lailiyah., 2024)

Dewasa awal memiliki tantangan tersendiri yaitu pada tahap ini, individu dituntut untuk tidak ketergantungan pada keluarga khususnya orang tua, serta mulai berupaya untuk mencapai kemandirian dalam berbagai aspek kehidupannya. Keluarga memiliki peran yang besar bagi kehidupan individu terutama secara psikologis (Syafitri, Aulia, Mariana & Bayu, 2023). Keluarga menjadi pusat pendidikan moral, sopan santun, sikap, dan kasih sayang. Namun, ada beberapa keluarga tidak mampu menjalankan fungsinya secara optimal, karena terdapat sejumlah keluarga yang mengalami disfungsi hingga berujung pada perpecaha. Kondisi keluarga ini sering dikenal dengan istilah *Broken Home*. Syafitri dkk. (2023) menjelaskan *Broken Home* adalah kondisi di mana keluarga mengalami perpecahan, baik akibat perceraian maupun konflik yang berkepanjangan, yang seringkali meninggalkan dampak mendalam pada perkembangan psikis anak-anak yang tumbuh pada situasi tersebut.

Suatu keluarga dapat dikategorikan sebagai *broken home* jika mempunyai sejumlah ciri-ciri tertentu, antara lain: jika salah satu atau kedua orang tua meninggal dunia, perceraian, salah satu atau kedua orang tua memiliki kelainan kepribadian atau gangguan jiwa, *poor marriage* (yang

berarti ¹⁹ hubungan yang tidak baik antara orang tua dengan anak), suasana keluarga dingin tanpa kehangatan, ³⁶ hubungan yang tidak baik dengan orang tua (Bunga, Evanytha & Akhyar, 2024). Menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Yogyakarta terdapat 4.663 kasus perceraian di DIY Yogyakarta pada 2024 dan 448.126 di Indonesia (Badan Pusat Statistik Provinsi Di Yogyakarta, 2024). Angka tersebut terbilang cukup tinggi dibandingkan dengan daerah sekitar Yogyakarta seperti Klaten dengan angka perceraian 1.727, Magelang sebesar 2.130 kasus dan Surakarta 893 (Badan Pusat Statistik Provinsi Di Jawa Tengah, 2024). Fenomena *Broken Home* ini tidak hanya mempengaruhi masa anak-anak, tetapi juga memberikan efek berkelanjutan hingga individu memasuki masa dewasa awal. Dhea & Khoiryasdien, (2024) menjelaskan fenomena *broken home* dapat menimbulkan berbagai dampak psikologis dan sosial pada individu, seperti munculnya perasaan kebencian terhadap orang tua, meningkatnya kerentanan terhadap pengaruh negatif dari lingkungan, timbulnya pandangan hidup yang pesimistis, kesulitan dalam menjalin relasi sosial, serta munculnya permasalahan terkait moralitas.

Orang-orang yang dibesarkan dalam keluarga *broken home* sering kali menghadapi masalah yang lebih sulit daripada orang-orang yang dibesarkan dalam keluarga utuh. Sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Muttaqin & Sulistyono (2019) menjelaskan bahwa dampak dari keluarga *Broken Home* seperti adanya perilaku agresif, kenakalan, perilaku menyimpang serta mengalami gangguan psikologis, seperti luka emosional

yang mendalam, krisis integritas diri, distorsi nilai, dan keretakan dalam hubungan sosial. Selain itu, seringkali individu dihadapkan pada perasaan tidak aman, rendahnya kepercayaan diri, serta kecemasan dalam menjalin hubungan dengan orang lain. Dampak lainnya seperti pengalaman masa lalu yang penuh dengan ketidakpastian yang dapat mempengaruhi cara individu mengelola emosi dan menghadapi stres.

Pada dewasa awal yang mengalami *broken home*, masalah regulasi emosi menjadi salah satu masalah penting dalam perkembangan psikologis mereka, permasalahan regulasi emosi terletak pada ketidakmampuan untuk memahami, memproses, dan menyalurkan emosi secara sehat. Penelitian oleh Syafitri dkk (2023) menunjukkan ³³ bahwa mahasiswa yang berasal dari keluarga yang mengalami masalah cenderung menggunakan strategi regulasi emosi yang tidak fleksibel, seperti penekanan emosi dan penghindaran yang dapat menghambat pertumbuhan emosional mereka. Bentuk penghindaran situasi atau pikiran yang membangkitkan emosi negatif bisa dengan cara distraksi, seperti bermain game, overworking, atau isolasi diri. Namun, ini hanya menunda emosi yang tidak terselesaikan dan bukan solusi jangka panjang. Bentuk lain dari Individu yang tidak mampu meregulasi emosinya Individu cenderung merespons situasi secara berlebihan (emosi meledak-ledak, marah tiba-tiba, menangis tanpa alasan jelas) karena tidak dapat mengontrol tingkat emosi negatif seperti marah, sedih, kecewa, atau khawatir.

Regulasi emosi diperlukan untuk pola pengolahan emosi maladaptive, ini membantu seseorang beradaptasi dengan tekanan yang mereka alami. Regulasi emosi merupakan salah satu cara seseorang dapat mengontrol emosi mereka sendiri (Putri, Wisma, Rozzaqyah, Iqbal & Muti'ah. 2023). Menurut Friniar dkk (2023) memberi penjelasan ⁴⁴ bahwa regulasi emosi mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengendalikan dan mengkomunikasikan emosi negative mereka yang mungkin muncul dalam berbagai situasi. Ketika seseorang mampu mengendalikan emosinya hal ini dapat mengubah cara individu bereaksi terhadap konflik atau tantangan, baik dalam keluarga maupun kehidupan sehari-hari. Gross (Pusvitasari & Yuliasari 2021) menjelaskan regulasi emosi ialah suatu pengolahan dilakukan untuk memengaruhi emosi seseorang, mencakup bagaimana emosi tersebut muncul, dialami, serta diekspresikan dalam berbagai situasi

Individu yang mampu mengatur emosinya cenderung lebih efektif dalam menghadapi situasi yang menekan mengurangi dampak negatif dari tekanan emosional yang dialami. Saat individu terjebak dalam perasaan marah atau putus asa, regulasi emosi memungkinkan individu untuk lebih memahami dan memproses perasaan tersebut, sehingga individu bisa merespons situasi lebih adaptif dan efektif. Pengelolaan emosi yang efektif berperan penting dalam membantu individu dewasa awal mempertahankan stabilitas psikologis. Sehingga individu memiliki keyakinan saat menyelesaikan suatu permasalahan, mampu dalam mencari solusi dan

memiliki kemampuan untuk kembali stabil setelah merasakan emosi negatif (Friniar, Gismin & Aditya., 2023). Kemampuan untuk mengatur emosi dapat membantu individu mengurangi dampak negatif dari tekanan emosional yang individu alami. Jayanti dan Prawita (2023) menunjukkan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan yang dapat ditingkatkan melalui pelatihan dan pengalaman emosional yang memadai.

⁸ Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 5 Maret 2025 dan mewawancarai 2 subjek ¹⁰⁴ yang mengalami *broken home*. Studi pendahuluan bertujuan untuk mengetahui kondisi keluarga dan regulasi emosi dewasa awal yang mengalami *Broken Home*. Hasil dari wawancara terdapat perbedaan dalam cara menghadapi kondisi tersebut. Subjek pertama, yang mengalami perceraian orang tua sejak SMA, subjek lebih memilih untuk menahan emosinya dan menghindari pembicaraan tentang keluarganya. Ketika subjek merasakan sedih atau marah subjek akan berusaha mendistraksi pemikirannya dengan bermain game atau berkumpul dengan teman agar tidak terlalu fokus pada emosi negatif yang dirasakannya. Namun demikian, pendekatan ini tidak sepenuhnya efektif, karena emosi yang terkandung tetap dapat muncul dalam situasi tertentu, seperti ketika individu berada dalam kesendirian atau ketika melihat orang lain yang memiliki keluarga yang harmonis.

Berdasarkan hasil wawancara, regulasi emosi pada Subjek 1 dianalisis melalui tiga aspek utama hasil analisis menunjukkan bahwa hanya satu dari ketiga aspek tersebut yang terpenuhi. Pertama pada aspek

Activation of a Regulatory Goal, subjek menunjukkan adanya kesadaran terhadap emosi negatif yang dialami, seperti rasa sedih dan marah. Subjek juga memiliki keinginan untuk tidak terlalu larut dalam emosi tersebut, yang ditunjukkan melalui upaya mengalihkan perhatian dengan bermain game atau berkumpul bersama teman. Hal ini menunjukkan bahwa subjek memiliki tujuan awal untuk mengatur emosinya, meskipun strategi yang dipilih tidak adaptif. Kedua, aspek ⁶ *Engagement of the Processes Responsible for Altering the Emotion Trajectory* tidak terpenuhi. Subjek tidak menggunakan strategi regulasi emosi yang bersifat adaptif seperti *cognitive reappraisal*, *problem solving*, atau bentuk lain dari pemaknaan ulang terhadap situasi emosional. Sebaliknya, subjek cenderung menggunakan strategi distraksi yang bersifat menghindar dan tidak menyentuh emosi yang dirasakan. Strategi ini tidak mengubah arah perkembangan emosi, melainkan hanya menunda atau menyamarkan keberadaannya. Ketiga, aspek *Impact on Emotion Regulation* juga tidak terpenuhi. Subjek mengungkapkan bahwa emosi negatif yang dirasakan sering kali muncul kembali, terutama saat sedang sendiri atau ketika melihat orang lain memiliki keluarga yang utuh dan harmonis. Hal ini menunjukkan bahwa emosi yang dialami belum terproses secara tuntas, dan strategi regulasi yang digunakan tidak menghasilkan dampak jangka panjang yang positif terhadap kesejahteraan emosional subjek.

Subjek kedua dengan latar belakang konflik keluarga berkepanjangan menunjukkan respon yang berbeda dimana subjek

terkadang lebih mudah tersulut emosinya, seringkali melampiaskan kemarahan atau memilih untuk menghindari situasi yang membuatnya tidak nyaman. Konflik yang terus-menerus terjadi dalam keluarga membuatnya sulit untuk berpikir jernih dalam menghadapi perasaan negatif, sehingga lebih sering meluapkan emosi secara langsung atau menarik diri dari interaksi sosial.

Berdasarkan hasil wawancara, regulasi emosi pada Subjek 2 dianalisis melalui tiga aspek utama. Hasil analisis menunjukkan bahwa pada aspek *Activation of a Regulatory Goal*, subjek tidak menunjukkan adanya upaya sadar untuk mengelola emosi yang muncul saat menghadapi konflik keluarga. Subjek cenderung merespons secara spontan tanpa memikirkan cara untuk mengatasi emosi negatif yang dirasakannya. Pada aspek ⁶ *Engagement of the Processes Responsible for Altering the Emotion Trajectory*, subjek lebih sering menggunakan strategi maladaptif seperti pelampiasan kemarahan dan penghindaran sosial. Alih-alih mengubah arah lintasan emosi menjadi lebih stabil, strategi ini justru memperkuat intensitas emosi negatif. Selanjutnya, pada aspek *Impact on Emotion Regulation*, regulasi emosi yang dijalankan subjek tampak tidak efektif karena berujung pada ketegangan emosional berkepanjangan dan kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial. Secara keseluruhan, ketiga aspek tersebut menunjukkan bahwa subjek mengalami kesulitan dalam meregulasi emosinya secara sehat dan konstruktif.

Berdasarkan studi pendahuluan tersebut sejalan dengan penelitian Bunga dkk. (2024) yang menunjukkan bahwa regulasi emosi penting dalam membantu individu menghadapi tantangan yang timbul akibat kondisi *broken home*. Dijelaskan oleh Putri & Kristiana (2017) salah satu komponen kepribadian seseorang dalam mengelola emosinya adalah kepribadian *hardiness*, ini adalah komponen kepribadian yang membedakan cara seseorang bertindak dan menangani masalah dalam berbagai situasi. Kepribadian *hardiness* merupakan sifat yang dapat membantu individu untuk melindunginya dari pengaruh negatif stress (Budiyono, Noviekayanti & Rina., 2023). Seseorang yang kepribadian *hardiness* memiliki kemampuan dalam mengendalikan situasi tidak menyenangkan serta memberi makna situasi tersebut secara positif (Thahirah & Insan, 2020), dimana ndividu juga cenderung lebih optimis, dapat mengontrol diri dengan baik, serta berani menghadapi perubahan.

Kepribadian *hardiness* menurut Kobasa merupakan konsep psikologis yang menggambarkan ketangguhan mental individu dalam menghadapi tekanan hidup (Nisa, Sulistiaji & Aquarismawati ., 2022). Kobasa juga menjelaskan terdapat tiga elemen utama yang membentuk kepribadian *hardiness*, yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan (*commitment, control, and challenge*) (Thahirah & Insan, 2020). Individu yang memiliki kepribadian *hardiness* yang cenderung tinggi umumnya mampu mengelola emosi dengan lebih baik. Sedangkan individu dengan kepribadian *hardiness* rendah atau individu yang memiliki kepribadian

tidak kepribadian *hardiness* adalah individu yang tidak memiliki ketahanan terhadap tekanan psikologis, sehingga cenderung lebih rentan mengalami gangguan emosional ketika menghadapi situasi stres. Individu yang tidak kepribadian *hardiness* juga menunjukkan kelemahan pada tiga aspek utama, yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan. Ketiga komponen ini seharusnya berfungsi sebagai mediator terhadap efek stres. Namun, dalam kondisi tidak kepribadian *hardiness* individu gagal mengenali stres sebagai sesuatu yang dapat dikelola atau dipelajari, sehingga stres justru berdampak lebih besar pada kondisi psikologis mereka. Sejalan dengan penelitian Hasbi dan Alwi (2022) kerentanan terhadap stress meningkat pada individu yang memiliki kepribadian *hardiness* rendah. Mereka cenderung mudah menyerah terhadap masalah karena tidak yakin dengan kemampuan mereka.

Konsep kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi ini memiliki perannya masing-masing dalam membantu seseorang menghadapi berbagai tantangan hidup dan menjaga kesehatan mental. Kepribadian *hardiness*, sebagai bentuk ketangguhan mental, mencakup kemampuan untuk tetap berkomitmen pada tujuan, merasa memiliki kendali atas situasi, dan melihat tantangan sebagai peluang untuk tumbuh. Sedangkan regulasi emosi membantu individu untuk memahami dan mengelola perasaan negatif yang muncul akibat tekanan emosional dari situasi *Broken Home*. Kepribadian kepribadian *hardiness* bekerja sebagai pondasi penting dalam membentuk kemampuan regulasi emosi yang baik. Individu dengan kepribadian *hardiness* cenderung menafsirkan tekanan emosional bukan sebagai

ancaman, melainkan sebagai bagian dari proses pertumbuhan pribadi. Hasil ini didukung oleh penelitian Wahono dan Ambarwati (2020) yang menunjukkan bahwa kepribadian *hardiness* memiliki kemampuan untuk menghadapi situasi yang penuh dengan emosi negatif. Alasan utama mengapa seseorang dengan kepribadian *hardiness* tinggi mampu bertahan dalam situasi tertekan karena kemampuan mereka untuk mengelola emosi negatif secara adaptif.

Kemampuan ini penting agar individu tidak terjebak dalam emosi negatif yang berlarut, serta mampu menjalankan fungsi sosial dan personal secara optimal. Dalam konteks *broken home*, kedua variabel ini menjadi pembentuk ketahanan psikologis dan menjaga keseimbangan emosional. Berdasarkan permasalahan tersebut hingga saat ini penelitian yang secara spesifik mengkaji korelasi antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada individu dewasa awal yang berasal dari keluarga *broken home* masih jarang dilakukan. Kebanyakan studi lebih berfokus pada akibat atau dampak dari *broken home* terhadap gangguan psikologis. Sehingga, penelitian ini difokuskan dalam mengkaji hubungan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada individu dewasa awal yang mengalami *broken home*. Apakah ada hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan regulasi emosi pada individu dewasa awal yang berasal dari keluarga *broken home*.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan kepribadian *hardiness* pada individu dewasa awal yang berasal dari keluarga *broken home*

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan akan berkontribusi pada kemajuan ilmu psikologi, khususnya dalam memahami hubungan antara kepribadian *hardiness* terhadap regulasi emosi pada individu dewasa awal yang berasal dari keluarga *broken home*.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Dewasa Awal

Harapannya penelitian ini dapat memberikan informasi ke pada individu dewasa awal yang mengalami *broken home* untuk mampu meningkatkan kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi dalam kehidupan.

b) Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan memberikan wawasan dan edukasi bagi peneliti mengenai hubungan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi serta dapat meningkatkan pentingnya kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada individu yang berasal dari keluarga *broken home*.

²³
c) *Bagi Penelitian selanjutnya*

Penelitian ini dapat membuka peluang untuk studi lebih lanjut yang mengeksplorasi intervensi dan strategi peningkatan kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi, mengembangkan program atau metode yang lebih efektif dalam mendukung individu yang berasal dari latar belakang keluarga *broken home*.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian terdahulu terkait dengan topik ini seperti penelitian yang dilakukan oleh Syafitri, Aulia, Mariana dan Bayu (2023) yang membahas regulasi emosi mahasiswa *broken home*. ¹⁰² Penelitian dilakukan dengan metode kualitatif menggunakan pendekatan studi kasus. Pendekatan kualitatif dilakukan guna memberikan penjelasan lebih terperinci mengenai pengelolaan emosi mahasiswa *Broken Home*. Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa partisipan mahasiswa mampu meregulasi emosinya dengan baik karena pada dasarnya telah memasuki masa dewasa awal yang meskipun pada tahap ini individu seharusnya telah memiliki kemampuan dalam meregulasi emosi, namun efektivitas regulasi tersebut tetap bergantung pada karakteristik dan pengalaman masing-masing individu.

⁷ Penelitian yang dilakukan oleh Budiyono, Noviekayanti dan Rina (2023) yang meneliti tentang kepribadian *hardiness* dan resiliensi pada subjek wanita dewasa awal yang pernah mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Metode yang dilakukan dalam penelitian yaitu metode kualitatif

korelasional menggunakan snowball sampling. Hasil dari penelitian diperoleh kesimpulan hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan resiliensi terhadap wanita dewasa awal yang mengalami KDRT menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kepribadian *hardiness* yang dimiliki, yang tercermin dalam komitmen terhadap aktivitas sehari-hari, adanya tujuan hidup, kemampuan mengontrol diri, serta ketertarikan terhadap tantangan akan berkontribusi pada peningkatan tingkat resiliensi individu. Sehingga, individu dapat mengendalikan emosi dan mengatasi stres, meningkatkan sikap optimisme, serta menelaah masalah tanpa menyalahkan orang lain atas permasalahan yang dihadapinya.

Penelitian yang lain dilakukan oleh Wahono dan Ambarwati (2020) berfokus pada ³ kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada dokter spesialis memiliki pengalaman ³ menangani pasien meninggal dunia. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Pada penelitian ini didapati hasil yang menunjukkan terdapat signifikan dan positif ³ antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada dokter spesialis memiliki pengalaman atau ³ menangani pasien meninggal dunia. Hal ⁷² ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kepribadian *hardiness* yang dimiliki, maka semakin baik pula kemampuan regulasi emosinya dalam menghadapi pengalaman tersebut, rendahnya kepribadian *hardiness* akan berhubungan dengan rendahnya kemampuan regulasi emosi pada dokter spesialis yang pernah menangani pasien yang meninggal dunia.

Penelitian yang dilakukan oleh Bunga, Evanytha dan Akhyar (2024) yang meneliti korelasi regulasi emosi dengan resiliensi pada subjek yang berada pada masa *emerging adulthood* dan mengalami *broken home*. Pendekatan penelitian menggunakan kuantitatif dengan memakai metode *cross-sectional*. Pengambilan sampel dilakukan *accidental sampling*, di mana kuesioner disebarakan secara daring melalui *Google Form*. Penelitian menyatakan adanya hubungan positif dan signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi pada *emerging adulthood* yang mengalami *broken home*. Hasil ini mengindikasikan tingkat resiliensi yang lebih tinggi akan tercermin seiring dengan peningkatan regulasi emosi yang dimiliki individu. Sebaliknya, tingkat regulasi emosi yang rendah pada *emerging adulthood* yang mengalami *broken home*, semakin rendah pula tingkat resiliensi yang dimiliki.

Penelitian yang dilakukan penelitian Dhea dan Khoiryasdien (2024) tentang kepribadian *hardiness* yang dilakukan pada wanita yang diasuh oleh ibu tunggal. Penelitian dilakukan dengan pendekatan kualitatif dan metode fenomenologi. Penelitian ini mengungkapkan jika kedua subjek memiliki kecenderungan kepribadian *hardiness* yang tinggi, hal ini dapat tercermin dalam aspek kontrol diri, komitmen terhadap tujuan hidup, serta kemampuan untuk menghadapi tantangan. Sumber kepribadian *hardiness* berasal dari pengalaman dan nilai-nilai yang diterima, seperti peran ibu sebagai role model, dukungan keluarga, dan religiusitas. Ibu berperan penting sebagai sumber kekuatan, sementara dukungan dari saudara serta

sikap religius juga berkontribusi dalam membentuk kepribadian *hardiness*. Faktor lain seperti kemampuan kognitif, strategi koping, dan gaya optimis juga membantu membentuk kepribadian *hardiness* pada kedua subjek yang diasuh oleh single mother.

Penelitian Yolanda dan Rahayuningsih (2023) yang berfokus pada pengaruh kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stress pada pedagang pasar tradisional di lokasi pasar tradisional duduk sampean. Penelitian dilakukan dengan metode kuantitatif dan pengumpulan data diambil dengan menggunakan skala *Likert* yang dikonstruksi berdasarkan aspek stres menurut Sarafino dan Smith, aspek kepribadian *hardiness* menurut Frank & Huston, lalu aspek dukungan sosial menggunakan teori Sarafino & Smith. Penelitian ini menghasilkan terdapat pengaruh antara stress terhadap kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial pada pedagang di Pasar Tradisional Duduk Sampeyan. Selain itu, didapati adanya pengaruh negatif yang signifikan antara stress dengan kepribadian *hardiness*, serta antara stress terhadap dukungan sosial pada pedagang pasar tradisional di Pasar Tradisional Duduk Sampeyan.

Penelitian yang dilakukan oleh Olianda & Rizal (2020) yang berfokus pada korelasi antara kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stress pengasuhan pada subjek ibu yang memiliki anak tunagrahita. Responden terdiri dari 28 ibu yang anak adaalh seorang tunagrahita. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan tujuan untuk mengidentifikasi korelasi atau hubungan antara kepribadian

hardiness, dukungan sosial, dan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Teknik yang digunakan dalam menganalisis data adalah analisis regresi. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan.

Penelitian Hasbi & Alwi (2022) dengan judul *Kontribusi Dukungan Sosial terhadap Kepribadian *hardiness* pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi*. Partisipan berjumlah 208 mahasiswa yang sedang dalam masa skripsi di Kota Makassar. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan analisis regresi sederhana, yang ditujukan untuk menguji pengaruh dari dukungan sosial terhadap kepribadian *hardiness* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil dari penelitian menunjukkan hasil pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap kepribadian *hardiness* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

1. Keaslian Topik

Topik pada penelitian ini berbeda dengan peneliti sebelumnya, penelitian Bunga, Evanytha, dan Akhya (2024) menggunakan variable yaitu regulasi emosi dan resiliensi sedangkan dalam penelitian ini menggunakan kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi. Kemudian, dipenelitian Dhea dan Khoiryasdien (2024) dimana peneliti hanya menggunakan satu variable yaitu kepribadian *hardiness* sedangkan pada penelitian ini menggunakan dua variable. Berdasarkan judul dari penelitian terdahulu, pada penelitian ini mengambil judul "Hubungan Antara Kepribadian *hardiness* Dengan Regulasi Emosi Pada Dewasa

Awal Yang Mengalami *Broken Home*” yang berbeda dengan judul pada penelitian-penelitian terdahulu. Kesimpulannya penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana kepribadian *hardiness* berperan dalam membentuk kemampuan regulasi emosi pada individu dewasa awal yang mengalami *broken home*. Dengan menggabungkan dua variabel utama yang belum banyak diteliti secara bersamaan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai mekanisme ketahanan psikologis individu dalam menghadapi tekanan emosional akibat kondisi keluarga yang tidak utuh. Perbedaan fokus dan pendekatan ini menjadikan penelitian ini sebagai kontribusi baru dalam kajian psikologi perkembangan dan klinis, khususnya dalam upaya memahami dinamika emosi dan kepribadian pada populasi rentan.

2. Keaslian Teori

Teori pada penelitian ini berbeda dengan peneliti sebelumnya, dimana pada penelitian ini menggunakan teori regulasi emosi dari Gross J sedangkan penelitian Syafitri dkk (2023) menggunakan teori regulasi emosi dari Hurlock. Kemudian untuk variable bebas peneliti menggunakan teori kepribadian *hardiness* dari Kobasa berbeda dengan penelitian penelitian Yolanda dan Rahayuningsih (2023) menggunakan teori Frank dan Huston. Kesimpulannya dengan perbedaan pada pemilihan variabel, pendekatan teori, dan fokus subjek penelitian, penelitian ini hadir

sebagai studi yang unik dan relevan untuk menggambarkan dinamika psikologis individu dewasa awal yang mengalami *broken home*.

Penggunaan teori Gross dan Kobasa memberikan landasan konseptual yang kuat untuk memahami bagaimana kepribadian *hardiness* dapat memengaruhi regulasi emosi. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya memperluas wawasan dalam kajian psikologi, tetapi juga membuka ruang bagi penelitian lanjutan mengenai interaksi antara faktor kepribadian dan emosi dalam konteks keluarga yang tidak utuh.

3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yaitu pada penelitian ini memakai modifikasi skala pada variable kepribadian *hardiness* menggunakan skala yang telah diadaptasi oleh Awaliah (2024) yaitu skala Bartone yang merujuk pada aspek kepribadian *hardiness* dari teori Kobasa. Selanjutnya untuk variable regulasi emosi akan menggunakan skala modifikasi dari skala yang telah dikembangkan sebelumnya oleh Putri, Wisma, Rozzaqyah, Ar, Iqbal, & Muti'ah, A. (2023) menggunakan *confirmatory factor analysis* (CFA) yang merujuk pada aspek regulasi emosi. Sedangkan pada penelitian Bunga, Evanytha, Akhyar (Bunga dkk., 2024) menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *cross-sectional*. Pada penelitian sebelumnya yaitu dari Tri Yuningsih & Sumedi. P. Nugraha (2023) pada variabel kepribadian *hardiness* digunakan skala RAHS (Revised Academic Kepribadian *hardiness* Scale) yang sudah

dimodifikasi dari skala yang dikembangkan oleh Benishek, Feldman, Shipon, Mecham, dan Lopez skala ini memiliki 40 aitem.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini merupakan individu dewasa awal yang memiliki usia antara 18 hingga 25 tahun, baik mahasiswa maupun pekerja, yang sedang mengalami kondisi *broken home*. Kondisi tersebut mencakup kematian salah satu atau kedua, perceraian, salah satu atau kedua orang tua memiliki kelainan kepribadian atau gangguan jiwa, *poor marriage* (hubungan yang tidak baik antara orang tua dengan anak), suasana keluarga tanpa kehangatan, dan hubungan orang tua yang tidak baik. Sementara itu, dalam penelitian Haira Salva Dhea & Andhita Dyorita Khoiryasdien (2024) subjek penelitian terdiri dari 115 wanita dewasa awal berusia 20-40 tahun yang merupakan korban KDRT, sedangkan dalam penelitian Bunga, Evanytha, dan Akhyar (2024) subjek penelitian adalah individu berusia 18-29 tahun yang berada dalam fase *emerging adulthood*. Demikian kesimpulannya dengan memilih subjek individu dewasa awal yang mengalami *broken home*, penelitian ini menghadirkan konteks yang lebih spesifik dan mendalam dibandingkan penelitian sebelumnya. Fokus pada pengalaman keluarga yang tidak utuh memberikan ruang untuk mengeksplorasi bagaimana kondisi tersebut memengaruhi kepribadian dan regulasi emosi.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

5 BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Variabel berikut yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah:

Variabel dependen : Regulasi Emosi

Variabel Independen : Kepribadian *Hardiness*

B. Definisi Operasional

1. Regulasi Emosi

Kemampuan seseorang untuk mengidentifikasi, memahami, dan mengendalikan emosinya dikenal sebagai regulasi emosi. Individu dengan regulasi emosi yang baik dapat menyadari perasaan yang dirasakan, mengevaluasi dampak dari emosi tersebut, dan menyesuaikan reaksi emosionalnya agar tetap sesuai dengan konteks yang dihadapi. Kemampuan ini sangat penting bagi individu yang mengalami *broken home*, karena membantu individu menghadapi tekanan psikologis dengan cara yang lebih sehat. Dengan mengelola emosi secara adaptif, individu dapat mengambil keputusan yang lebih rasional dan tetap menjalani kehidupannya dengan lebih seimbang. Pengukuran regulasi emosi menggunakan skala modifikasi dari skala yang telah dikembangkan sebelumnya oleh Putri dkk (2023) dengan pendekatan *confirmatory factor analysis* (CFA) yang merujuk pada

aspek regulasi emosi yaitu ⁶ *Activation Of A Regulatory Goal Engagement Of The Processes That Are Responsible For Altering The Emotion Trajectory (Strategies)*, dan *Impact On Emotion Regulation (Outcomes)* dari teori Gross.

2. Kepribadian *hardiness*

Kepribadian *hardiness* adalah karakteristik individu untuk bertahan dan menghadapi tekanan hidup dengan sikap yang lebih optimis dan adaptif. Individu yang memiliki kepribadian *hardiness* cenderung tetap terlibat dalam kehidupannya, merasa memiliki kendali atas situasi yang individu hadapi, serta mampu melihat tantangan sebagai kesempatan untuk berkembang. Kepribadian *hardiness* membantu individu dalam mengelola stres dan menghadapi kondisi yang tidak ideal, seperti tumbuh dalam keluarga *broken home*. Dengan memiliki ketahanan psikologis yang baik, individu dapat menjalani kehidupannya dengan lebih stabil dan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan emosional yang muncul dari lingkungan sekitar. Pengukuran kepribadian *hardiness* akan menggunakan modifikasi skala pada variable kepribadian *hardiness* menggunakan skala yang telah diadaptasi oleh Fitri Nur Awaliah (Awaliah, 2024) yaitu skala Bartone yang merujuk pada tiga aspek ¹⁷ kepribadian *hardiness* yaitu *control*, *commitment*, dan *challenge* dari teori Kobasa.

C. Subjek Penelitian

Penelitian ini subjek yang berdomisili di Daerah Istimewa Yogyakarta diambil sebagai sampel, Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive sampling* yang berarti subjek dipilih berdasarkan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2024). Adapun kriteria subjek penelitian meliputi: Berumur 18-25 tahun

1. Perempuan dan laki-laki
2. Subjek memiliki kondisi *Broken Home* dengan kriteria
 - a) Kematian salah satu atau kedua orang tua
 - b) Perceraian
 - c) Salah satu atau kedua orang tua memiliki kelainan kepribadian atau gangguan jiwa
 - d) Hubungan yang tidak baik antara orang tua dengan anak
 - e) Suasana keluarga tanpa kehangatan
 - f) Hubungan orang tua yang tidak baik
3. Berdomisili di Yogyakarta

D. Metode Pengumpulan Data

Metode yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data adalah dengan teknik pengumpulan data. Pada penelitian ini instrumen yang digunakan Skala *likert* yang dimodifikasi dari penelitian sebelumnya. Menurut Sugiyono, skala *likert* digunakan untuk mengukur pendapat, persepsi seseorang atau kelompok terhadap fenomena sosial (Sugiyono, 2024). Dalam skala ini, responden diminta untuk memberikan jawaban berdasarkan tingkat persetujuan tertentu,

seperti Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-ragu (R), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Penelitian ini menggunakan skala yang dimodifikasi dari peneliti sebelumnya untuk memenuhi kebutuhan dalam mengukur regulasi emosi dan kepribadian *hardiness* pada dewasa awal yang mengalami *broken home*.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini merupakan hasil modifikasi isi dari penelitian sebelumnya, sehingga disesuaikan dengan kebutuhan pengukuran regulasi emosi dan kepribadian *hardiness* pada individu dewasa awal yang mengalami *broken home*.

1. Skala Penelitian Regulasi Emosi

Peneliti mengukur regulasi emosi dengan memodifikasi skala yang dibuat oleh Putri dkk (2023) menggunakan metode CFA disusun berdasarkan aspek-aspek dalam teori Gross.

2. Skala Penelitian Kepribadian *hardiness*

Peneliti sebelumnya Awaliah (Awaliah, 2024) membuat modifikasi skala Bartone untuk mengukur variable kepribadian *hardiness* berdasarkan pada teori kobasa terdiri dari aspek komitmen, control, dan tantangan.

E. ⁵Metode Analisis Data

I. Uji Asumsi

a) Uji Normalitas

Uji normalitas akan dilakukan pada data untuk mengetahui apakah mereka terdistribusi normal. Uji normalitas dilakukan dengan metode Kolmogorov-Sirnov. Data dianggap normal jika nilai signifikansi lebih dari 0,05. Jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka data tidak terdistribusi normal (Azwar, 2020).

b) Uji Linearitas

Salah satu bagian dari uji asumsi yang harus dilakukan adalah uji linearitas untuk memastikan bahwa hubungan antara dua variabel adalah linier. Azwar (2020) menyatakan bahwa hubungan linear menunjukkan bahwa perubahan pada satu variabel secara konsisten sebanding dengan perubahan pada variabel lainnya. Oleh karena itu, metode statistik parametrik dapat digunakan untuk menganalisis masalah ini. Dalam praktiknya, dua indikator biasanya digunakan untuk menilai linearitas: signifikansi pada linearitas dan deviasi dari linearitas.

Nilai signifikansi pada linearitas harus kurang dari 0,05 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan linier yang signifikan; sebaliknya, nilai signifikansi pada deviasi dari linearitas harus lebih dari 0,05 ($p > 0,05$), yang menunjukkan bahwa pola hubungan linier tidak mengalami penyimpangan signifikan. Jika kedua persyaratan

tersebut dipenuhi, asumsi linearitas dinyatakan. Dengan demikian, hubungan antar variabel layak dianalisis menggunakan teknik parametrik seperti regresi linear atau korelasi Pearson.

2. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis merupakan langkah logis dalam penelitian kuantitatif yang termasuk dalam statistik inferensial, dengan tujuan menghasilkan hasil melalui alat uji statistik untuk dianalisis lebih lanjut. Analisis ⁵⁵ *Pearson Product Moment* biasanya digunakan untuk menguji hubungan antara satu variable bebas dan satu variable terikat jika data penelitian berdistribusi normal. Sehingga demikian, hasil dikatakan signifikan apabila ¹² nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) $< 0,01$. Jika data tidak terdistribusi normal, analisis korelasi *Spearman Rank-Order* digunakan untuk menguji hubungan atau hipotesis antara dua variable (Azwar, 2021). Oleh karena itu, pemilihan teknik analisis bergantung pada distribusi data, agar hasil analisis menjadi lebih akurat dan sesuai dengan karakteristik data yang dianalisis.

3. Analisis Tambahan

a) ⁷³ Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin

⁷ Uji beda berdasarkan jenis kelamin digunakan untuk menentukan apakah laki-laki dan perempuan responden memiliki skor rata-rata yang berbeda untuk variabel kepribadian ketegangan dan regulasi emosi. Karena variabel jenis kelamin terdiri dari dua kelompok, yaitu laki-laki dan perempuan, uji sampel independen

menggunakan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) kurang dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam variabel kepribadian ketegangan dan regulasi emosi (Azwar, 2020).

b) Uji Beda Berdasarkan Domisili

Uji beda ini menggunakan One-Way ANOVA, tujuan uji beda ini adalah untuk menentukan apakah terdapat perbedaan skor rata-rata variable kepribadian dan regulasi emosi antar responden berdasarkan lokasi domisili mereka di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), yang terdiri dari lima wilayah administratif: Sleman, Bantul, Gunungkidul, Kulon Progo, dan Kota Yogyakarta. Jika nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) kurang dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa skor rata-rata variable (Azwar, 2020).

c) Uji Beda Berdasarkan Kategori *Broken Home*

Pada kategori broken home, salah satu atau kedua orang tua meninggal dunia, perceraian, salah satu atau kedua orang tua memiliki kelainan kepribadian atau gangguan jiwa, hubungan yang tidak baik antara orang tua dan anak, suasana keluarga yang dingin dan tidak hangat, atau hubungan yang tidak baik dengan orang tua. Tujuan dari uji ini adalah untuk mengetahui apakah ada perbedaan skor antara kategori-kategori ini terhadap variabel ketahanan kepribadian dan regulasi emosi. Dengan menggunakan One-Way ANOVA untuk menguji perbedaan, nilai signifikansi (Sig. 2-

tailed) di bawah 0,05¹⁷ menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan pada variabel yang diuji.⁴⁷ Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih dari 0,05, maka tidak ada perbedaan yang signifikan (Azwar, 2020).

d) Uji Regresi¹²²

Uji regresi dilakukan untuk melihat sejauh mana variabel kepribadian *hardiness* dapat memprediksi regulasi emosi pada individu yang mengalami *broken home*. Jenis uji yang digunakan adalah regresi linier sederhana, karena hanya terdapat satu variabel bebas (kepribadian *hardiness*) dan satu variabel terikat (regulasi emosi). Hasil analisis akan diperoleh nilai signifikansi, koefisien determinasi (R^2) menunjukkan seberapa besar kontribusi *hardiness* dalam menjelaskan variabel regulasi emosi.

F. Kreadibilitas

1. Validitas

Uji validitas isi dalam penelitian ini dilakukan melalui penilaian para ahli (expert judgment), sebagaimana disarankan oleh Azwar (2020), yang menyatakan bahwa validitas isi dapat diperoleh dengan meminta pendapat dari sejumlah pakar yang memahami konstruk yang diukur. Para ahli diminta untuk menilai setiap item berdasarkan kesesuaian isi dengan indikator konstruk yang diukur. Penilaian tersebut kemudian dianalisis menggunakan rumus Aiken's V untuk mengukur tingkat kesepakatan antar ahli. Menurut Azwar (2020), nilai

Aiken's V minimal yang menunjukkan validitas item yang baik adalah 0,80. Dengan demikian, item-item yang memiliki nilai Aiken's V \geq 0,80 dinyatakan valid dan layak untuk digunakan dalam instrumen penelitian. Setelahnya semua hasilnya sudah ditabulasi akan dilakukan komputasi Aiken's V dengan menggunakan formula Aiken dengan rumus sebagai berikut.

2. ⁵⁶ Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah metode untuk mengukur suatu kuesioner yang memiliki indikator dari variabel atau konstruk, dengan tujuan untuk menilai konsistensi alat ukur. Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah alat ukur yang digunakan dapat diandalkan dan tetap menunjukkan konsistensi jika dilakukan pengukuran berulang dalam penelitian ini uji reabilitas menggunakan alpha roncbach. Penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* untuk mengukur reliabilitas. Sebuah instrument reliabel jika skor reliabilitasnya semakin dekat skornya dengan 1,00, semakin dapat dipercaya. Nilai reliabilitas dikatakan baik apabila minimal berada pada kisaran 0,08 (Azwar, 2024).

G. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara variabel regulasi emosi

dan kepribadian *hardiness* pada individu dewasa awal yang mengalami *broken home*. Pendekatan korelasional bertujuan untuk mengukur seberapa besar korelasi antara perubahan pada variabel regulasi emosi dan variabel kepribadian *hardiness*. Untuk mengetahui kekuatan dan arah ¹⁰ hubungan antara kedua variabel, analisis data dilakukan dengan menggunakan metode korelasi.

1. Prosedur Penelitian

a) Tahap Persiapan

Penelitian ini dimulai dengan tahap persiapan, di mana peneliti menyusun latar belakang, menetapkan tujuan, menyusun hipotesis, dan mengidentifikasi variabel yang digunakan, yaitu kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi. Setelah itu peneliti menyusun metode penelitian ¹⁰³ yang sesuai dengan karakteristik dan tujuan penelitian. Pada penelitian ini juga ditentukan karakteristik subjek penelitian, alat ukur penelitian yang dimana menggunakan skala likert yang di modifikasi dari peneliti sebelumnya, lalu menentukan teknik analisis data dan teknik pengelolaan data.

b) Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, peneliti mulai mengumpulkan data dari partisipan dengan teknik *purposive sampling*. Partisipan diberi instruksi yang jelas dan diarahkan dalam proses pengisian, baik secara online, untuk memastikan data yang terkumpul adalah valid dan reliabel. Peneliti juga mengatur jadwal pengambilan data

dan memastikan lingkungan pengambilan data mendukung kenyamanan partisipan agar hasilnya lebih akurat

c) Tahap Pengelolaan Data

Setelah data terkumpul, peneliti memasuki tahap pengelolaan data. Semua data mentah yang terkumpul dimasukkan ke dalam perangkat lunak statistik, seperti SPSS. Peneliti melakukan uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* atau *Shapiro-Wilk* untuk memeriksa apakah distribusi data memenuhi syarat normalitas. Selanjutnya, uji linearitas dilakukan untuk memastikan hubungan antar variable dan melakukan uji hipotesisi menggunakan *Pearson Product Moment*, namun, jika data tidak terdistribusi normal, maka analisis korelasi yang digunakan adalah *Spearman Rank-Order Correlation*.

d) Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi, peneliti menganalisis hasil korelasi atau regresi yang diperoleh, kemudian menyimpulkan hasil penelitian terkait apakah hipotesis diterima atau ditolak. Hasil ini diinterpretasikan dalam konteks teori untuk memberikan pemahaman lebih lanjut mengenai hubungan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada individu dewasa awal yang mengalami *Broken Home*. Peneliti juga merefleksikan metode yang digunakan, mengevaluasi kekuatan dan kelemahan dalam prosedur, serta memberikan saran atau rekomendasi bagi

penelitian selanjutnya untuk memperkuat hasil atau memperdalam hasil penelitian ini.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

² BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kanchah dan Persiapan

1. Orientasi Kanchah

Penelitian dilakukan pada tanggal 11 Juni hingga 18 Juni 2025, dan data dikumpulkan secara *online*. Peneliti menetapkan bahwa responden utama penelitian ⁶⁰ berada di wilayah DIY. Wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), ⁶⁰ sebuah provinsi di Indonesia yang terdiri dari lima wilayah administratif, yaitu ⁶¹ empat kabupaten (Sleman, Bantul, Gunungkidul, Kulon Progo) dan satu kota madya (Kota Yogyakarta). Total luas wilayah DIY mencapai sekitar 3.185,80 km² (Bapperida DIY, 2024). Secara geografis, DIY ²⁵ berbatasan dengan Provinsi Jawa Tengah di sebelah utara, timur, dan barat, serta Samudra Hindia di sebelah selatan.

Berdasarkan data dari Bappeda DIY, jumlah kepala keluarga (KK) di provinsi ini mencapai 1.314.723 KK pada tahun 2024, dengan Kota Yogyakarta mencatat sebanyak 146.543 KK 2024 (Dindukcapil Kota Yogyakarta, 2024). Terkait kondisi ³⁵ keluarga, Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) DIY per 14 Februari 2025, tercatat sebanyak 4.719 kasus perceraian di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta selama tahun 2024. Jumlah ini tersebar di lima wilayah administratif, dengan angka tertinggi berada di Kabupaten Sleman

sebanyak 1.381 kasus, disusul oleh Kabupaten Bantul (1.242 kasus), Kabupaten Gunungkidul (1.126 kasus), Kota Yogyakarta (519 kasus), dan Kabupaten Kulon Progo (451 kasus) (BPS DIY, 2025).

Hingga saat ini belum tersedia data statistik resmi mengenai jumlah anak *broken home secara langsung* di DIY. Oleh karena itu, dalam penelitian ini data perceraian digunakan sebagai proksi untuk menggambarkan potensi *broken home dalam keluarga*. Data diatas menjadikan wilayah ini dipandang relevan sebagai lokasi penelitian ini.

2. Persiapan Penelitian

a) Persiapan Administrasi

Pada tahap ini yang dilakukan oleh peneliti adalah menentukan subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian terlebih dahulu yaitu perempuan dan laki-laki, berusia 18-25 tahun yang memiliki kondisi keluarga *broken home dan berdomisi* di Daerah Istimewa Yogyakarta. Peneliti tidak menggunakan surat izin formal dari institusi atau tempat tertentu karena seluruh proses dilakukan secara daring. Namun, untuk menjamin keterlibatan responden yang etis dan bertanggung jawab, peneliti menyertakan *informed consent (IC)* di bagian awal *google form*. IC tersebut menjelaskan informasi penting seperti estimasi waktu pengisian, serta jaminan kerahasiaan dan keamanan data pribadi. Sehingga dengan demikian, setiap responden yang bersedia mengisi

kuesioner dianggap telah membaca dan menyetujui syarat sebagai partisipasi .

⁴ b) Persiapan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan alat ukur berbentuk skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala, yaitu skala regulasi emosi dan skala kepribadian *hardiness*.

1) Skala Regulasi Emosi

Skala regulasi emosi ini, peneliti modifikasi dari peneliti Putri dkk (2023) yang berdasarkan teori Gross yang terdiri dari aspek ⁶*activation of a regulatory goal, engagement of the processes that are responsible for altering the emotion trajectory (strategies), dan impact on emotion regulation (outcomes)*. Skala regulasi emosi yang telah dimodifikasi dari versi aslinya yang berjumlah 45 aitem menjadi 28 aitem.

Total 28 dari aitem tersebut, sekitar 12 aitem dipertahankan dari versi asli tanpa perubahan karena dianggap sudah sesuai. Kemudian, sebanyak 10 aitem mengalami perubahan untuk menyesuaikan gaya bahasa. Selain itu, peneliti menambahkan 6 aitem baru Skala regulasi emosi ini terdiri dari 28 aitem pernyataan dengan 14 aitem *favorable* dan 14 aitem *unfavorable*. Kriteria penilaian

jawaban skala⁵⁴ adalah Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS).

2) Skala Kepribadian *hardiness*

Skala kepribadian *hardiness* ini, peneliti modifikasi dari peneliti Awaliyah (2024) yang berdasarkan aspek Kobasa yang terdiri dari aspek *control*, *commitment* dan *challenge*. Skala¹⁸ kepribadian *hardiness* yang dimodifikasi dari skala aslinya yang terdiri dari 15 aitem menjadi 24 aitem. Modifikasi ini dilakukan untuk memperluas cakupan aspek-aspek psikologis dalam konstruk kepribadian *hardiness* yang dianggap relevan dengan konteks dewasa awal yang mengalami *broken home*, sekaligus meningkatkan sensitivitas alat ukur terhadap nuansa pengalaman subjek.

Total 24 aitem, sebanyak 8 aitem dipertahankan dalam bentuk aslinya karena dinilai telah representatif dan sesuai dengan konstruk dasar *hardiness*, yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan. Sekitar 10 aitem mengalami perubahan dalam bentuk penyesuaian bahasa agar lebih komunikatif dan kontekstual bagi subjek, tanpa mengubah arah pengukuran atau makna dasar konstruk. Selain itu, peneliti menambahkan 6 aitem baru. Struktur aitem juga mempertahankan keseimbangan antara *favorable* dan *unfavorable* item, untuk menjaga reliabilitas internal dan

menghindari jawaban sosial yang bias. Skala kepribadian *hardiness* ini terdiri dari 24 aitem pernyataan dengan 12 aitem *favorable* dan 12 aitem *unfavorable*. Kriteria penilaian jawaban skala adalah Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS).

e) Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Sebelum mendapatkan data utama, peneliti menyusun skala melalui tahap uji coba alat ukur. Kedua alat ukur yang telah dimodifikasi yaitu skala regulasi emosi dan skala kepribadian *hardiness* melalui tahap uji coba instrumen untuk memastikan validitas dan reliabilitas alat ukur.

Langkah pertama yang dilakukan adalah uji validitas isi dengan melibatkan 5 orang *expert* atau ahli sebagai penilai. Kriteria ahli yang dilibatkan meliputi 3 orang lulusan S1 Psikologi dengan pengalaman akademik dan praktikum dalam bidang asesmen psikologis, serta 2 orang Psikolog yang memiliki lisensi praktik dan pengalaman dalam evaluasi serta modifikasi alat ukur psikologis. Setiap *expert* diminta untuk menilai relevansi aitem terhadap konstruk teoritis menggunakan skala penilaian Likert 1 sampai 5, di mana skor 1 menunjukkan "sangat tidak relevan" dan skor 5 menunjukkan "sangat relevan".

Penilaian dari kelima *expert* kemudian dianalisis menggunakan rumus Aiken's V, skor hasil penilaian digunakan

untuk menentukan validitas isi dari setiap pernyataan. Setelah mendapat masukan dari para expert dan dilakukan revisi pada beberapa aitem, kedua skala kemudian dikonversi ke dalam bentuk *Google Form* untuk memudahkan distribusi kepada responden uji coba.

Tautan *Google Form* kemudian disebarakan secara daring pada tanggal 13 Juni 2025 dan berhasil mengumpulkan 34 data responden. Data yang terkumpul dari uji coba ini digunakan untuk melakukan uji reliabilitas dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach*, guna melihat sejauh mana konsistensi internal antar aitem dalam skala yang telah dimodifikasi. Hasil dari uji reliabilitas ini menjadi dasar dalam menentukan kelayakan alat ukur untuk digunakan dalam pengambilan data utama pada penelitian ini.

d) Hasil Validitas dan Reliabilitas Skala

Hasil uji validitas dan reliabilitas alat ukur skala dalam penelitian ini ditunjukkan sebagai berikut:

1) Skala Regulasi Emosi

Hasil uji validitas isi terhadap skala regulasi emosi menunjukkan bahwa seluruh 28 aitem pernyataan dinyatakan valid, dengan nilai Aiken's V berada di atas 0,80. Rentang nilai validitas yang diperoleh berkisar antara 0,80 hingga 1,00. Hal ini menunjukkan bahwa modifikasi aitem skala regulasi emosi yang telah dimodifikasi dinyatakan memenuhi validitas isi dan

layak untuk digunakan dalam proses pengumpulan data selanjutnya.

Uji reliabilitas terhadap skala regulasi emosi ⁴⁰ dilakukan dalam dua putaran. Pada putaran pertama, ditemukan bahwa terdapat empat aitem yang tidak memenuhi syarat reliabilitas dimana nilai korelasi item-total yang berada di <0.3 , yaitu aitem nomor 1 (0,080), aitem 20 (0,026), aitem 21 (0,026), dan aitem 26 (0,083). Nilai ⁹ koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha sebelum pengguguran aitem adalah sebesar 0,952.

Pada saat dilakukan pengguguran aitem, uji reliabilitas putaran kedua dilaksanakan terhadap 24 aitem yang tersisa. Hasil uji menunjukkan bahwa tidak terdapat aitem yang gugur pada tahap ini. Nilai koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* meningkat menjadi 0,972, yang mengindikasikan bahwa skala memiliki reliabilitas yang sangat tinggi dan konsisten secara internal. Selain itu, nilai koefisien korelasi item-total dari skala ini berada pada kisaran 0,609 hingga 0,882, dengan demikian, skala regulasi emosi dinyatakan ³⁰ memiliki reliabilitas yang sangat baik dan layak digunakan dalam pengumpulan data utama penelitian.

2) Skala Kepribadian *hardiness*

Hasil uji validitas isi terhadap skala kepribadian *hardiness* menunjukkan bahwa seluruh 24 aitem pernyataan dinyatakan valid, karena memperoleh nilai Aiken's V di atas 0,80. Rentang nilai indeks Aiken's V yang diperoleh berada antara 0,80 hingga 1,00. Validitas isi ini mencerminkan bahwa proses modifikasi dan penambahan aitem yang dilakukan peneliti telah sesuai dengan konteks penelitian dan tidak mengurangi kualitas pengukuran konstruk yang dimaksud. Dengan demikian, skala kepribadian *hardiness* dinyatakan layak digunakan untuk tahap pengumpulan data selanjutnya.

Uji reliabilitas terhadap skala kepribadian *hardiness* dilakukan dalam dua putaran. Pada putaran pertama, ditemukan bahwa terdapat tiga aitem yang tidak memenuhi syarat reliabilitas, yaitu aitem nomor 5 (-0,020), aitem 21 (0,259) dan aitem 22 (0,368), karena memiliki nilai korelasi item-total di bawah batas minimum yang ditetapkan. Nilai koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha sebelum pengguguran item sebesar 0,953.

Setelah tiga aitem tersebut digugurkan, dilakukan putaran kedua, dan hasilnya 21 aitem menunjukkan bahwa seluruh aitem telah memenuhi kriteria, sehingga tidak

terdapat aitem yang gugur. Nilai koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha pun mengalami peningkatan menjadi 0,962, yang menunjukkan bahwa skala memiliki konsistensi internal yang sangat tinggi. Rentang nilai korelasi item-total pada putaran kedua berkisar antara 0,354 hingga 0,858, yang berarti seluruh aitem telah memiliki hubungan yang memadai hingga kuat dengan skor total skala. Berdasarkan hal tersebut, skala kepribadian *hardiness* dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam penelitian. Bentuk akhir dari skala kepribadian *hardiness* setelah melalui proses uji coba ditampilkan pada tabel berikut:

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Kedua alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yakni skala regulasi emosi dan skala kepribadian *hardiness* telah melalui proses uji validitas dan reliabilitas, hasilnya menunjukkan bahwa terdapat beberapa item yang tidak memenuhi kriteria. Item-item yang tidak reliabel tersebut kemudian digugurkan, dan dilakukan penyusunan ulang terhadap *blueprint* masing-masing skala. Penyesuaian ini mencakup perubahan jumlah item serta penomoran ulang yang disesuaikan dengan struktur akhir skala yang telah tervalidasi. Instrumen yang telah direvisi tersebut kemudian dikonversi ke dalam format digital melalui *Google Form* agar lebih mudah didistribusikan kepada partisipan secara daring.

Proses pengumpulan data dilakukan selama delapan hari dimulai dari tanggal 11 hingga 18 juni 2025. Pengumpulan data dilakukan secara daring dengan menggunakan tautan *Google form*. Instrumen yang disebarluaskan mencakup informasi mengenai kriteria subjek, *informed consent* yang menjelaskan kesediaan serta kerahasiaan data responden, identitas subjek, petunjuk pengisian, serta dua skala psikologis yang telah melalui tahap uji coba, yaitu skala regulasi emosi dan skala kepribadian *hardiness*.

Penyebaran tautan dilakukan melalui berbagai platform media sosial seperti *WhatsApp*, *Instagram*, *Twitter (X)*, *Facebook*, serta komunitas-komunitas online yang relevan dengan karakteristik target partisipan, dengan tujuan untuk menjangkau partisipan secara lebih luas dan merata. Subjek yang memenuhi syarat adalah laki-laki dan perempuan berusia 18 hingga 25 tahun, memiliki latar belakang keluarga *broken home*, serta berdomisili di Daerah Istimewa Yogyakarta. Selama periode pengambilan data, peneliti secara aktif memantau perkembangan jumlah responden dan secara rutin membagikan tautan *Google Form* setiap harinya ke berbagai kanal media sosial. Proses pengumpulan data tersebut, diperoleh total sebanyak 150 responden yang datanya dapat digunakan, tanpa adanya hasil outlier maupun data yang bermasalah.

Proses penelitian berlanjut dengan mengalisis data dalam penelitian ini diawali dengan uji asumsi, yang terdiri atas uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal, menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov. Uji

linearitas dilakukan untuk memastikan bahwa hubungan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi bersifat linear, yang merupakan syarat penting sebelum dilakukan uji korelasi *Pearson*. Analisis korelasi *Pearson Product Moment* untuk mengetahui hubungan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada dewasa awal yang mengalami *broken home*. Selain itu, dilakukan pula analisis tambahan, meliputi uji beda berdasarkan jenis kelamin, domisili dan kategori keluarga *broken home* menggunakan uji *Independent Samples t-test*. Terakhir, analisis koefisien determinasi dilakukan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi kepribadian *hardiness* dalam memengaruhi regulasi emosi

⁴ C. Hasil Penelitian

I. Deskripsi Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil yang di peroleh dari skala yang disebarkan secara daring menunjukkan bahawa subjek berjumlah 150 responden yang sesuai dengan kriteria penelitian ini.

a) Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

Berdasarkan table diatas, diperoleh informasi terkait dengan usia responden yang sesuai dengan kriteria dalam penelitian. mayoritas responden berusia 22 tahun dengan total 55 orang atau 37% dari total sampel. Usia terbanyak kedua adalah 21 tahun sebanyak 42 orang (28%), diikuti oleh usia 20 tahun dengan total 17 orang (11%). Responden yang berusia 23 tahun berjumlah 14 responden (9%), sementara yang berusia 24 tahun ada 8 orang

(5%). Responden dengan usia paling sedikit yaitu 18 dan 25 tahun, masing-masing sebanyak 4 orang (3%).

b) Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Penelitian ini juga mengklasifikasikan responden berdasarkan jenis kelamin untuk memberikan gambaran lebih lengkap mengenai karakteristik sampel yang terlibat. Informasi mengenai distribusi gender responden disajikan pada tabel berikut.

Hasil data responden pada tabel di atas, menunjukkan responden terbanyak adalah perempuan, yaitu sebanyak 93 responden (62%) dari total sampel. Sementara itu, responden laki-laki berjumlah 57 orang atau 38%. Perbedaan proporsi ini menunjukkan bahwa keterlibatan partisipan perempuan dalam penelitian relatif lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

c) Deskripsi Data Subjek Berdasarkan Domisili

Sebagian besar responden dalam penelitian ini berdomisili di Kota Yogyakarta yaitu sebanyak 65 orang atau 43% dari total sampel. Disusul oleh Kabupaten Sleman dengan 37 responden (25%) dan Kabupaten Bantul sebanyak 20 responden (13%). Sementara itu, Kabupaten Gunung Kidul menyumbang 18 responden (12%) dan Kabupaten Kulon Progo menjadi wilayah dengan jumlah responden paling sedikit, yakni 10 orang (7%).

Dominasi responden dari wilayah perkotaan dan semi-perkotaan seperti Kota Yogyakarta dan Kabupaten Sleman mencerminkan pola distribusi populasi yang lebih padat serta kemungkinan akses yang lebih mudah terhadap pendidikan tinggi, layanan internet, dan jejaring sosial.

d) Deskripsi Data Subjek Berdasarkan Kategori *Broken Home*

Pada tabel 11 didapati bahwa dari 150 responden yang berpartisipasi, bentuk kondisi keluarga yang paling banyak adalah hubungan yang tidak baik antara orang tua dengan anak sebanyak 40 orang atau 27% dari total sampel, disusul oleh perceraian orang tua sebanyak 35 responden (23%), dan suasana keluarga tanpa kehangatan sebanyak 30 orang (20%). Sementara itu, sebanyak 21 responden (14%) mengalami kematian salah satu atau kedua orang tua, dan jumlah yang sama juga berlaku untuk responden yang melaporkan adanya hubungan orang tua yang tidak baik yaitu sebanyak 21 responden (14%). Sebanyak 3 responden (2%) berasal dari keluarga di mana salah satu atau kedua orang tua memiliki kelainan kepribadian atau gangguan jiwa.

2. Deskripsi Data Penelitian

Berdasarkan data yang sudah peneliti peroleh, maka peneliti melakukan perhitungan untuk mendapatkan kategorisasi. Kategorisasi diperoleh dari data asli sampel penelitian.

Hasil data tersebut, diketahui bahwa skor pada skala kepribadian *hardiness* menunjukkan nilai mean sebesar 53 dengan standar deviasi 10,5. Sementara itu, skor pada skala regulasi emosi memiliki mean sebesar 60 dan standar deviasi sebesar 12. Kedua skor ini diperoleh dari total nilai skala yang diisi oleh seluruh responden. Data tersebut digunakan sebagai dasar untuk melakukan proses kategorisasi terhadap skor yang diperoleh setiap individu.

Kategorisasi data adalah proses mengelompokkan data kuantitatif ke dalam kategori tertentu (misalnya rendah, sedang, tinggi) dengan tujuan untuk memudahkan dalam interpretasi, analisis, dan penarikan kesimpulan (Sugiyono, 2019). Melalui kategorisasi ini, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai kecenderungan dan distribusi skor responden terhadap kedua variabel penelitian, sekaligus memudahkan dalam analisis lanjutan, seperti melihat hubungan antar variabel atau pola karakteristik responden berdasarkan tingkat skor yang mereka miliki.

Berdasarkan hasil kategorisasi data pada variabel kepribadian *hardiness*, mayoritas responden berada dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 107 orang atau setara dengan 71% dari total 150 responden yang diteliti. Menunjukkan mayoritas individu dalam penelitian ini mempunyai tingkat ketahanan pribadi yang cukup baik dalam

menghadapi tekanan atau tantangan hidup, meskipun belum sampai pada tingkat yang tinggi.

Sementara itu, terdapat 24 responden (16%) yang termasuk dalam kategori tinggi, yang mengindikasikan bahwa kelompok ini memiliki kemampuan adaptif yang kuat, cenderung optimis, serta memiliki komitmen dan kontrol diri yang tinggi dalam menghadapi berbagai situasi sulit. Sebaliknya, sebanyak 19 responden (13%) berada dalam kategori rendah, yang menggambarkan adanya kerentanan dalam menghadapi stres dan tekanan hidup, serta kemungkinan kurangnya sikap tangguh dan kemampuan bertahan secara psikologis. Hasil ini memberikan gambaran umum bahwa meskipun sebagian besar responden memiliki kepribadian *hardiness* yang cukup baik, masih ada sebagian kecil yang perlu mendapatkan perhatian khusus dalam upaya penguatan karakter dan daya tahan mental.

Pada variabel regulasi emosi, hasil distribusi frekuensi menunjukkan bahwa sebanyak 111 responden (74%) berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kemampuan yang cukup dalam mengelola dan mengatur emosi mereka, baik dalam konteks sosial maupun personal. Mereka cenderung mampu memahami, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi secara adaptif, meskipun mungkin belum sepenuhnya optimal dalam menghadapi situasi yang lebih kompleks secara emosional.

Sebanyak 23 responden (15%) termasuk dalam kategori tinggi, yang berarti mereka memiliki kemampuan regulasi emosi yang sangat baik, mampu menjaga stabilitas emosional, serta responsif secara positif dalam menghadapi tekanan atau konflik. Namun, terdapat pula 16 responden (11%) yang berada dalam kategori rendah, yang menunjukkan adanya kesulitan dalam mengenali, mengelola, atau mengekspresikan emosi dengan cara yang sehat. Hal ini dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis individu secara umum, dan menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan dalam konteks pengembangan kemampuan emosi pada kelompok responden ini.

3. Uji Asumsi

Sebelum melakukan analisis hipotesis, uji asumsi dilakukan untuk memastikan bahwa data memenuhi syarat statistik yang diperlukan. Penelitian ini, peneliti melakukan uji asumsi yang mencakup uji normalitas dan linearitas. Pengujian asumsi dilakukan menggunakan program SPSS versi 16 untuk Windows. Hasil uji normalitas dan linearitas sebagai berikut:

a) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui apakah data yang dikumpulkan dalam penelitian ini terdistribusi secara normal. Perangkat lunak SPSS versi 16 digunakan untuk menjalankan tes ini, dengan metode *Kolmogorov-Smirnov*. data

terdistribusi normal jika nilai signifikansi $>0,05$. Jika tingkat signifikansi $<0,05$, maka dapat dikatakan bahwa data tidak terdistribusi normal (Azwar,2020).

Hasil dari uji normalitas mendapatkan nilai signifikansi sebesar 0,200 untuk variabel kepribadian *hardiness* dan 0,083 untuk variabel regulasi emosi. Hasil ini menjelaskan kedua variabel berdistribusi normal, karena kedua nilai tersebut berada di atas 0,05. Kesimpulan ini sesuai dengan kriteria Azwar (2020) bahwa jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, data dianggap berdistribusi normal. Oleh karena itu, data penelitian ini memenuhi asumsi normalitas yang dibutuhkan untuk analisis tambahan.

b) Uji Linearitas

Pengujian linearitas dilakukan agar bisa mengetahui apakah ada hubungan linier dalam variabel independent (kepribadian *hardiness*) dan variabel dependen, (regulasi emosi). Pengujian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 16. Menurut Azwar (2020), hubungan dikatakan linier apabila nilai signifikansi pada *Linearity* kurang dari 0,05 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan linier yang signifikan. Sementara itu, nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* harus lebih dari 0,05 ($p > 0,05$), yang mengindikasikan tidak adanya penyimpangan signifikan dari pola hubungan linier.

⁸ Berdasarkan hasil uji linearitas antara variabel kepribadian *hardiness* dengan regulasi emosi, diperoleh ³⁷ nilai signifikansi pada kolom *Linearity* sebesar 0,000 ($<0,05$) dan nilai signifikansi pada kolom *Deviation from Linearity* sebesar 0,345 ($>0,05$). Nilai signifikansi pada uji linearitas mengindikasikan ³⁵ adanya hubungan yang linear secara signifikan antara kedua variabel tersebut. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ³ hubungan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi memenuhi asumsi linear.

4. Uji Hipotesis

Peneliti tidak hanya melakukan uji normalitas dan linearitas, namun juga menguji hubungan antara variabel penelitian. Pada hal ⁷ ini, peneliti menggunakan analisis korelasi *Pearson Product Moment* sebagai metode uji hipotesis. Pemilihan teknik ⁶⁹ ini didasarkan pada hasil uji normalitas yang menunjukkan bahwa data terdistribusi normal, sehingga analisis statistik parametrik seperti *korelasi Pearson* dapat digunakan secara tepat.

Hasil analisis menggunakan ⁶⁵ *korelasi Pearson Product Moment* pada nilai signifikansi adalah 0,000, yang lebih kecil dari 0,01. Nilai signifikansi menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel signifikan. Peneliti menginterpretasikan kekuatan hubungan ini berdasarkan pedoman penafsiran koefisien korelasi menurut Azwar (2024) yang dikategorikan sebagai berikut:

Berdasarkan koefisien korelasi sebesar 0,743 berada dalam kategori korelasi sangat kuat. Hasil ini mendukung hipotesis penelitian terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada responden. Maka penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

5. Analisa Tambahan (Uji Beda)

Pada penelitian ini, *Independent Sample T-Test* digunakan untuk menentukan apakah ada perbedaan dalam skor regulasi emosi berdasarkan jenis kelamin, domisili dan kategori *broken home*.

a) Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil uji *Independent Sample T-Test*, diketahui bahwa nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) untuk variabel kepribadian *hardiness* adalah sebesar 0,493 sedangkan untuk regulasi emosi sebesar 0,335. Mengacu pada kriteria yang dikemukakan oleh Sugiyono apabila nilai signifikansi melebihi 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara dua kelompok yang dibandingkan. Oleh karena itu, hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara responden laki-laki dan perempuan dalam hal skor kepribadian *hardiness* maupun regulasi emosi.

b) Uji Beda Berdasarkan Domisili

¹⁰ Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *One Way ANOVA*, diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan baik pada kepribadian *hardiness* maupun regulasi emosi berdasarkan kategori domisili. Nilai signifikansi untuk kepribadian *hardiness* adalah sebesar 0,851 dan untuk regulasi emosi sebesar 0,828 yang keduanya $>0,05$. Artinya, latar belakang tempat tinggal responden apakah berasal dari kabupaten atau kota madya tidak memberikan pengaruh yang berarti terhadap tingkat kepribadian *hardiness* maupun kemampuan individu dalam mengatur emosi mereka. Hasil ini memberi pandangan bahwa karakteristik psikologis seperti kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi cenderung lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor internal individu atau dinamika keluarga, dibandingkan dengan lingkungan geografis semata.

c) Uji Beda Berdasarkan Kategori *Broken Home*

Hasil uji ANOVA juga dilakukan untuk melihat perbedaan tingkat kepribadian *hardiness* berdasarkan kategori *broken home*, dan hasilnya ⁴¹ menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,669. Nilai ini pun lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kepribadian *hardiness* antara individu yang berasal dari keluarga utuh dan

mereka yang berasal dari keluarga *broken home*. Dengan kata lain, kondisi keluarga dalam konteks utuh atau tidaknya tidak secara langsung membedakan tingkat kepribadian *hardiness* seseorang. Hasil ini penting karena menunjukkan bahwa meskipun *broken home* sering kali dikaitkan dengan berbagai dampak psikologis, namun tidak serta merta membuat individu menjadi lebih rentan atau kurang tangguh secara psikologis. Hal ini juga memperkuat asumsi bahwa kepribadian *hardiness* dapat terbentuk melalui berbagai faktor kompleks lain seperti pengalaman hidup, dukungan sosial, serta mekanisme koping yang berkembang secara individual.

6. ³⁰ Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi digunakan untuk menunjukkan seberapa besar pengaruh variabel kepribadian *hardiness* secara simultan terhadap variabel regulasi emosi.

Menurut hasil analisis, ⁸³ nilai R Square adalah 0,552. Hal ini menunjukkan bahwa variabel kepribadian *hardiness* berkontribusi sebesar 55,2% terhadap regulasi emosi. ¹⁰ Faktor lain di luar variabel yang diteliti dalam penelitian ini memberikan kontribusi sebesar 44,8%. Faktor ini bisa dari internal individu atau dinamika keluarga, ataupun berbagai faktor kompleks lain seperti pengalaman hidup, dukungan sosial, serta mekanisme koping yang berkembang secara individual.

D. Pembahasan

⁴ Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada dewasa awal yang berasal ³³ dari keluarga yang mengalami *broken home*. Metode korelasi *Pearson Product Moment* digunakan untuk memeriksa korelasi data. Sebelum memulai analisis utama, peneliti ¹⁰ melakukan uji normalitas dan linearitas untuk memastikan bahwa data yang digunakan memenuhi syarat ¹⁵ distribusi normal. Selain itu, untuk memastikan bahwa ada hubungan linier antara variabel independen dan dependen, peneliti juga ¹¹⁶ melakukan uji normalitas dan linearitas.

Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 150 responden, uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi 0,873. Hasil analisis linearitas menunjukkan ³¹ bahwa nilai signifikansi linear sebesar 0,000 (kurang dari 0,05) dan nilai signifikansi pada kolom deviasi linear sebesar 0,345 (lebih dari 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang linear secara signifikan. Hasil uji hipotesis, yang dilakukan dengan analisis korelasi *Pearson Product Moment*, menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi.

Hasil dari uji ⁵⁵ korelasi *pearson product moment* ini menunjukan hipotesis pada penelitian ini diterima. Artinya terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara kepribadian *hardiness* terhadap regulasi emosi

pada dewasa awal yang mengalami *broken home*. Sehingga, semakin tinggi tingkat kepribadian *hardiness* seseorang maka semakin tinggi pula regulasi emosi yang dimilikinya.

Kepribadian *hardiness*, yang mencakup aspek komitmen, kontrol, dan tantangan, dapat berperan sebagai pelindung psikologis dalam menghadapi stres atau tekanan emosional. Hal ini berarti individu dengan kepribadian *hardiness* tinggi cenderung melihat tekanan sebagai tantangan yang dapat diatasi, sehingga lebih mampu mengelola respons emosional secara adaptif. Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian Putri dan Kristiana (2017) yang menemukan adanya hubungan positif dan signifikan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada perawat di RS Usada Insani Kota Tangerang.

Pada penelitian tersebut, kepribadian *hardiness* dipandang sebagai faktor pelindung yang memungkinkan individu tetap stabil secara emosional dalam menghadapi tekanan kerja tinggi. Hal ini bisa terjadi karena perawat yang memiliki tingkat kepribadian *hardiness* tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tekanan pekerjaan seperti beban emosional, konflik interpersonal, dan tuntutan situasional. Situasi ini juga berlaku bagi individu *broken home*, dimana ketiga aspek kepribadian *hardiness* yang memungkinkan individu dengan pengalaman *broken home* untuk memaknai tekanan hidup sebagai suatu peluang. Individu yang memiliki tingkat kepribadian *hardiness* tinggi cenderung tetap merasa memiliki kendali atas situasi hidupnya, meskipun berada dalam lingkungan

keluarga yang tidak utuh. Mereka tetap menunjukkan keterlibatan terhadap aktivitas yang bermakna.

¹ Penelitian lain yang mendukung hasil penelitian ini oleh Kristiyanti dan Rusmawati (2019) ditemukan bahwa kepribadian *hardiness* memberikan kontribusi yang signifikan terhadap regulasi emosi terhadap penyandang tunadaksa. Penyandang tunadaksa umumnya menghadapi tantangan fisik, stigma sosial, dan hambatan aktivitas yang berpotensi menimbulkan tekanan psikologis. Kepribadian *hardiness* membantu individu memaknai kondisi disabilitas dengan cara yang lebih positif dan realistis, sehingga mereka tidak larut dalam tekanan emosional dan mampu menyesuaikan diri secara emosional. Baik penyandang tunadaksa maupun individu *broken home sama-sama* berada dalam kondisi psikologis yang penuh tekanan jangka Panjang yang satu berkaitan dengan keterbatasan fisik, yang lain dengan disfungsi keluarga. Keduanya memerlukan strategi penyesuaian emosional yang kuat untuk menjaga keseimbangan psikologis. Dalam konteks ini, kepribadian *hardiness* bertindak sebagai pelindung yang membantu individu mengelola stres secara adaptif dan mempertahankan regulasi emosi yang sehat.

¹⁰⁸ Hasil analisis korelasi dalam penelitian ini menunjukkan bahwa nilai ¹⁶ koefisien korelasi sebesar 0,743, yang termasuk dalam kategori hubungan yang sangat kuat. ⁴² Hasil ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Thahirah (2022) yang di mana kepribadian *hardiness* berperan besar dalam membantu individu meregulasi emosi dalam situasi penuh tekanan. Jika

³⁹ dalam penelitian sebelumnya subjek yang digunakan adalah mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi yang memicu stres akademik dan ketidakpastian maka dalam penelitian ini, subjek berasal dari kelompok dewasa awal yang mengalami *broken home*, yang juga berada dalam tekanan emosional berkepanjangan akibat dinamika keluarga yang tidak utuh.

Kedua situasi ini sama-sama memicu stres dan penuh tekanan emosional, aspek kontrol dalam kepribadian *hardiness* membuat individu merasa memiliki kendali terhadap dirinya meskipun lingkungannya tidak ideal, sementara komitmen membantu mereka tetap terhubung dengan aktivitas dan tujuan hidup, dan *challenge* mendorong mereka melihat peristiwa negatif sebagai peluang bertumbuh. Dengan karakteristik kepribadian *hardiness* ini, individu dari keluarga *broken home* dapat lebih mampu mengelola luapan emosi, menunda impuls negatif, serta menyesuaikan respon emosional dengan situasi yang dihadapi.

⁵³ Mayoritas responden dalam penelitian ini berusia 22 tahun (37%) pada tahap ini, individu mulai dihadapkan pada tanggung jawab yang lebih besar, seperti menyelesaikan pendidikan, merintis karier, membangun hubungan interpersonal yang lebih stabil, serta menetapkan arah hidup secara mandiri. Tekanan psikososial ini sering kali menimbulkan kebingungan identitas, kecemasan masa depan, serta tantangan dalam mengelola konflik emosional yang muncul dari dalam diri maupun lingkungan sekitar.¹¹³ Hal ini membuat individu pada usia tersebut berada

dalam kondisi yang relatif rentan secara emosional, terlebih bila tidak memiliki sumber daya psikologis yang memadai terlebih lagi jika individu memiliki pengalaman kondisi *broken home*.

Penelitian sebelumnya oleh Putri dan Rahmasari (2021), yang menjelaskan bahwa perempuan dewasa awal usia 21–22 tahun yang mengalami masalah emosional cenderung mengalami disregulasi emosi, seperti kesulitan mengenali dan memahami perasaan diri sendiri, serta respons emosional yang cenderung maladaptif. Disregulasi emosi muncul karena ketidakmampuan individu dalam menyeimbangkan tekanan internal dengan ekspektasi eksternal yang terus meningkat pada fase dewasa awal. Penelitian ini menunjukkan bahwa tanpa dukungan psikologis yang kuat, individu berisiko tinggi mengalami ketidakseimbangan emosional pada usia tersebut.

Sejalan dengan hasil penelitian Giyati dan Whibowo (2022) menyatakan bahwa masa dewasa awal rentan terhadap stres akibat perubahan peran dan lingkungan, serta ¹⁰⁷ menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara regulasi emosi dan stress. Demikian, usia dewasa awal ⁹⁸ menjadi salah satu faktor penting yang perlu diperhatikan dalam memahami bagaimana individu mengelola tekanan emosional dan membangun ketahanan psikologisnya, termasuk dalam konteks penelitian ini yang mengkaji hubungan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi.

Berdasarkan distribusi kategori *broken home*, pada penelitian ini mayoritas responden berasal dari keluarga *broken home* dengan bentuk

paling dominan adalah ¹² hubungan tidak baik antara orang tua dan anak (27%), diikuti oleh perceraian orang tua (23%), serta suasana keluarga tanpa kehangatan (20%). Ketika individu menghadapi fase ini dengan latar belakang keluarga yang tidak suportif secara emosional, maka risiko terhadap ketidakstabilan emosional, rendahnya kepercayaan diri, dan kerentanan terhadap stres menjadi lebih tinggi. Sejalan dengan hasil penelitian Uci & Savira (2019) bahwa kegagalan dalam keberfungsian keluarga bisa menyebabkan anak kesulitan dalam meregulasi emosi.

Tidak hanya keberfungsian keluarga dalam penelitian Adila dan Kurniawan (2020) menyatakan bahwa pola asuh dalam keluarga memiliki pengaruh signifikan terhadap ⁹⁰ kematangan emosi pada individu dewasa awal, baik secara positif maupun negatif, tergantung pada kualitas relasi keluarga yang terbentuk sejak dini. Prijatna dan Sanjaya (2021) yang menemukan bahwa kepribadian *hardiness* berperan signifikan dalam menurunkan disregulasi emosi atau dalam kata lain individu dengan kepribadian *hardiness* yang kuat cenderung memiliki kontrol emosi yang ¹⁶ lebih baik.

Pada hasil distribusi kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kepribadian *hardiness* dalam ⁸⁹ kategori sedang (71%), dan regulasi emosi juga berada pada kategori sedang (74%). Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun mayoritas responden berasal dari lingkungan keluarga yang tidak mendukung secara emosional seperti keluarga *broken home*, mereka tetap menunjukkan kapasitas adaptif untuk

bertahan dalam menghadapi tekanan psikologis serta mampu mengelola emosi dengan cukup baik, meskipun belum berada pada tingkat optimal. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sarwono (2022) yang juga menemukan bahwa mayoritas partisipannya yang berasal dari kalangan mahasiswa memiliki tingkat kepribadian *hardiness* dalam kategori sedang. Pada dasarnya ini sangat mungkin terjadi karena kepribadian *hardiness* merupakan karakter yang tidak secara otomatis terbentuk sejak lahir, tetapi berkembang melalui proses pembelajaran, pengalaman hidup, dan tuntutan adaptasi terhadap stresor lingkungan.

Penelitian Uci & Savira (2019) dimana sebagian besar responden berasal dari keluarga *broken home* dan memiliki regulasi emosi dalam kategori sedang. Hal ini menekankan bahwa fase ini merupakan periode krusial dalam membangun ketahanan psikologis sebagai fondasi untuk pengelolaan emosi yang lebih efektif. Meskipun demikian, hasil dari kedua penelitian terdahulu ini mengarah pada satu kesimpulan yang sama, yaitu bahwa kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada dewasa awal umumnya berada pada kategori sedang, yang mencerminkan adanya kapasitas pengelolaan emosi yang telah berkembang, namun tetap memerlukan penguatan agar dapat berfungsi secara maksimal dalam menghadapi tantangan psikososial yang kompleks pada fase perkembangan ini.

Hasil uji beda berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan, baik

dalam kepribadian *hardiness* maupun regulasi emosi. Hasil ini mengindikasikan bahwa jenis kelamin tidak menjadi faktor pembeda dalam tingkat kepribadian *hardiness* dan kemampuan regulasi emosi responden. Penelitian Nela Sastri (2015) yang dilakukan pada mahasiswa Psikologi UIN Suska Riau, di mana hasilnya menunjukkan bahwa kepribadian *hardiness* tidak berbeda antara laki-laki dan perempuan. Hal ini relevan karena subjek yang digunakan serupa, yaitu dewasa muda yang berada pada tahap perkembangan psikologis dan sosial.

Pada penelitian Swastika dan Prastuti (2024), yang meneliti remaja dari keluarga bercerai dan menemukan bahwa regulasi emosi tidak berbeda berdasarkan jenis kelamin. Meskipun subjek penelitiannya adalah remaja dengan latar belakang *broken home*, hasil ini sejalan karena penelitian ini memiliki karakteristik subjek yang serupa yaitu individu dengan latar belakang *broken home*. Hasil ini menjelaskan bahwa tidak ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan terhadap kepribadian *hardiness* maupun regulasi emosi. Tidak adanya perbedaan bisa disebabkan oleh kesamaan fase perkembangan dan pengalaman hidup yang serupa (*broken home*).

Hasil uji beda berdasarkan kategori domisili di lima wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) yaitu Kota Yogyakarta, Sleman, Bantul, Kulon Progo, dan Gunungkidul juga menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan dalam tingkat kepribadian *hardiness* maupun regulasi emosi. Hasil ini menunjukkan bahwa faktor geografis tidak memengaruhi cara individu merespon tekanan hidup. Salah satu kemungkinan penyebabnya

adalah keseragaman nilai-nilai budaya dan sistem pendidikan di wilayah DIY, sehingga individu memperoleh pola pengasuhan, pengalaman sosial, dan tuntutan perkembangan yang hampir serupa. Hal ini sejalan dengan penelitian Damayanti dan Maulana (2021), yang menemukan bahwa karakteristik lingkungan sosial yang homogen dapat meminimalkan perbedaan dalam pembentukan kepribadian *hardiness*, karena individu mengalami pola adaptasi yang relatif setara, terlepas dari lokasi tempat tinggal mereka.

Hasil uji beda pada kategori *broken home* juga menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan dalam kepribadian *hardiness* dan kemampuan regulasi emosi pada individu yang berasal dari keluarga *broken home*. Meskipun individu dari keluarga *broken home* seringkali menghadapi tekanan emosional yang lebih besar, hal tersebut tidak secara langsung membuat regulasi emosi mereka lebih buruk. Hal ini dapat dijelaskan oleh kehadiran faktor protektif seperti dukungan sosial, pengalaman pribadi dalam menghadapi konflik keluarga, serta kemampuan koping yang berkembang seiring waktu. Penelitian oleh Novianti dan Rachmawati (2020) mendukung hasil ini, dengan menyatakan bahwa regulasi emosi ditentukan oleh bagaimana individu membangun mekanisme adaptasi dan pemaknaan terhadap situasi yang mereka hadapi.

Analisis uji koefisien determinasi menunjukkan bahwa nilai *R Square* sebesar 0,552 yang berarti bahwa kepribadian *hardiness*

memberikan sumbangan sebesar 55,2% terhadap variabel regulasi emosi. Artinya, masih terdapat 44,8% faktor lain di luar *hardiness* yang turut memengaruhi kemampuan regulasi emosi. Faktor lain yang bisa mempengaruhi bisa dari dukungan sosial, dukungan teman sebaya, pasangan, atau figur pengganti orang tua sering kali menjadi sumber kestabilan emosi, terutama bagi individu yang mengalami keretakan keluarga, selain itu pola asuh, trauma dan pengalaman masa kecil juga turut berperan (Gibson, 2024).

Berdasarkan pembahasan yang telah dijabarkan diatas, ¹peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan. Adapun limitasi atau keterbatasan penelitian ini adalah pertama, dari segi karakteristik responden, mayoritas peserta berjenis kelamin perempuan (62%), sedangkan laki-laki hanya sebesar 38%. Ketimpangan distribusi ini dapat mempengaruhi generalisasi hasil, khususnya jika dikaitkan dengan aspek regulasi emosi dan kepribadian *hardiness* yang secara teoritis dapat memiliki dinamika berbeda antara gender. Meskipun ⁹⁵hasil uji menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan berdasarkan jenis kelamin, dominasi responden perempuan tetap menjadi pertimbangan dalam interpretasi data.

Kedua, dari sisi domisili, sebaran responden tidak merata. Responden terbanyak berasal dari Kota Yogyakarta (43%), sementara yang paling sedikit berasal dari Kulon Progo (7%). Ketidakseimbangan ini dapat membatasi representasi data dari wilayah DIY secara keseluruhan.

Meskipun hasil analisis tidak menemukan perbedaan signifikan berdasarkan domisili, homogenitas budaya dan nilai-nilai sosial di wilayah DIY perlu dikaji lebih lanjut dalam penelitian mendatang untuk memastikan validitas eksternal temuan ini.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya hubungan yang signifikan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada dewasa awal yang mengalami *broken home*. Bentuk hubungan ini adalah positif sehingga semakin tinggi tingkat kepribadian *hardiness* seseorang maka semakin tinggi pula regulasi emosi yang dimilikinya. Hasil dari penelitian ini memiliki keunikan pada karakteristik demografis responden, di mana mayoritas berada pada usia 22 tahun, perempuan, serta berdomisili di wilayah perkotaan khususnya Kota Yogyakarta. Kombinasi karakteristik ini jarang diangkat secara spesifik dalam penelitian sebelumnya, terutama dalam konteks *broken home*. Usia 22 tahun sendiri merupakan masa krisis yang secara psikologis merupakan fase rawan dalam hal pembentukan identitas diri dan kestabilan emosi.

B. Saran

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi awal dalam mengkaji lebih lanjut hubungan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada individu yang mengalami *broken home*. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar mampu menggali lebih dalam dinamika psikologis individu melalui data kualitatif. Selain itu, bisa dengan memperluas jangkauan wilayah atau kategori usia, serta mempertimbangkan variabel mediator atau moderator seperti dukungan sosial, coping mechanism, atau religiositas untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif.

2. Bagi Subjek

Bagi individu yang mengalami *broken home*, temuan penelitian ini dapat memberikan *insight* ¹⁰⁹ bahwa kepribadian *hardiness* merupakan salah satu potensi diri yang dapat dilatih dan dikembangkan untuk membantu mengelola emosi secara lebih sehat dan adaptif. Diharapkan para individu dari latar belakang keluarga disfungsional tidak menyerah pada keadaan, melainkan mulai membangun kontrol diri, komitmen terhadap kehidupan, dan ⁴⁸ memandang kesulitan sebagai tantangan yang bisa dilewati. Dengan membangun kepribadian *hardiness* secara bertahap, individu dapat mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih stabil meskipun berasal dari latar belakang keluarga yang penuh tantangan.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

Hubungan Antara Kepribadian Hardiness terhadap Regulasi Emosi Pada Dewasa Awal Yang Mengalami Broken Home

ORIGINALITY REPORT

24%

SIMILARITY INDEX

22%

INTERNET SOURCES

13%

PUBLICATIONS

11%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.usd.ac.id Internet Source	2%
2	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper	1%
3	jurnal.umk.ac.id Internet Source	1%
4	dspace.uui.ac.id Internet Source	1%
5	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	1%
6	Rani Mega Putri, Nur Wisma, Fadhlina Rozzaqyah, Silvia Ar, Muhammad Iqbal, Aulia Muti'ah. "Skala Regulasi Emosi: Analisis Reliabilitas dan Validitas Konstruk melalui Pendekatan Confirmatory Factor Analysis (CFA)", Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia, 2023 Publication	1%
7	docplayer.info Internet Source	1%
8	www.scribd.com Internet Source	1%
9	repository.unjaya.ac.id	

Internet Source

1 %

10

123dok.com

Internet Source

1 %

11

publish.ojs-indonesia.com

Internet Source

<1 %

12

id.123dok.com

Internet Source

<1 %

13

digilib.uin-suka.ac.id

Internet Source

<1 %

14

core.ac.uk

Internet Source

<1 %

15

Submitted to Universitas Negeri Jakarta

Student Paper

<1 %

16

pt.scribd.com

Internet Source

<1 %

17

docobook.com

Internet Source

<1 %

18

repository.uir.ac.id

Internet Source

<1 %

19

eprints.uny.ac.id

Internet Source

<1 %

20

Submitted to Universitas Pendidikan
Indonesia

Student Paper

<1 %

21

ojs.unimal.ac.id

Internet Source

<1 %

22

ejournal.unesa.ac.id

Internet Source

<1 %

23	repository.radenintan.ac.id Internet Source	<1 %
24	Miksa Denola Dusatri, Maya Yasmin. "Hubungan Kompetensi Sosial dengan Bullying Victimization pada Siswa SMPN X Kabupaten Lima Puluh Kota", YASIN, 2025 Publication	<1 %
25	Submitted to Sekolah Tinggi Pariwisata Ambarrukmo Yogyakarta Student Paper	<1 %
26	jurnalfai-uikabogor.org Internet Source	<1 %
27	eprints.umm.ac.id Internet Source	<1 %
28	Submitted to Krida Wacana Christian University Student Paper	<1 %
29	Submitted to UIN Walisongo Student Paper	<1 %
30	adoc.pub Internet Source	<1 %
31	etd.iain-padangsidempuan.ac.id Internet Source	<1 %
32	Submitted to Universitas Pertamina Student Paper	<1 %
33	Anisya Tiara Shafiira, Fatma Nofriza. "Analisis Kestabilan Emosi Mahasiswa Yang Berlatar Belakang Keluarga Broken Home", Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan, 2025 Publication	<1 %

34	Submitted to Unika Soegijapranata Student Paper	<1 %
35	es.scribd.com Internet Source	<1 %
36	jofipasi.wordpress.com Internet Source	<1 %
37	text-id.123dok.com Internet Source	<1 %
38	conference.um.ac.id Internet Source	<1 %
39	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	<1 %
40	Rinanti Resmadewi. "HUBUNGAN ANTARA PENYESUAIAN DIRI DENGAN KESEPIAN PADA MAHASISWI PRODI KEBIDANAN POLTEKKES SURABAYA YANG TINGGAL DI ASRAMA", PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi), 2019 Publication	<1 %
41	jurnal.radenfatah.ac.id Internet Source	<1 %
42	repository.uinsaizu.ac.id Internet Source	<1 %
43	repository.unja.ac.id Internet Source	<1 %
44	repository.uinjkt.ac.id Internet Source	<1 %
45	Submitted to IAIN Bengkulu Student Paper	<1 %

eprints.iainu-kebumen.ac.id

46	Internet Source	<1 %
47	pdffox.com Internet Source	<1 %
48	repository.ub.ac.id Internet Source	<1 %
49	repository.ubharajaya.ac.id Internet Source	<1 %
50	repository.unika.ac.id Internet Source	<1 %
51	Ajwanor Razka Ibadilah Samadan, Andreas Kiky. "Analisis Probabilitas Pola Candlestick terhadap Pergerakan Harga Pada Pasar Saham Indonesia", RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 2025 Publication	<1 %
52	Submitted to Universitas Pelita Harapan Student Paper	<1 %
53	eprints.undip.ac.id Internet Source	<1 %
54	eprints.unm.ac.id Internet Source	<1 %
55	jmsos.studentjournal.ub.ac.id Internet Source	<1 %
56	Ilham K. "PENGARUHKOMPENSASI, KEPEMIMPINAN, DAN DISIPLINKERJA TERHADAP KINERJA PEGAWAI(STUDI KASUS PADA PT. PEGADAIAN (PERSERO) CABANG MAKASSAR", Journal Ekonomi Manajemen dan Akuntansi STIE Wira Bhakti Makassar Internasional, 2020	<1 %

57	Submitted to Surabaya University Student Paper	<1 %
58	Submitted to Universitas Bunda Mulia Student Paper	<1 %
59	Submitted to Universitas Ibn Khaldun Student Paper	<1 %
60	indonesiacultureandtourism.wordpress.com Internet Source	<1 %
61	Submitted to UPN Veteran Yogyakarta Student Paper	<1 %
62	Submitted to Universitas Diponegoro Student Paper	<1 %
63	Submitted to Universitas Muhammadiyah Buton Student Paper	<1 %
64	Submitted to Universitas Muhammadiyah Surakarta Student Paper	<1 %
65	ejournal.uin-suska.ac.id Internet Source	<1 %
66	repository.iainpalopo.ac.id Internet Source	<1 %
67	studentjournal.iaincurup.ac.id Internet Source	<1 %
68	Jack suman Rulis Manurung. "HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA KAKI TERHADAP HASIL SHOOTING BOLA DIAM KE ARAH GAWANG", Jurnal Ilmu Keolahragaan, 2019 Publication	<1 %

69	Submitted to LPPM Student Paper	<1 %
70	Submitted to Universitas Andalas Student Paper	<1 %
71	Submitted to Universitas Hang Tuah Surabaya Student Paper	<1 %
72	Submitted to Universitas Negeri Yogyakarta Student Paper	<1 %
73	jurnal.intekom.id Internet Source	<1 %
74	prosidingfrima.digitechuniversity.ac.id Internet Source	<1 %
75	repository.mercubuana.ac.id Internet Source	<1 %
76	www.slideshare.net Internet Source	<1 %
77	Eko Wahyunanto Pihono. "Validitas Instrumen Kompetensi Profesional pada Penilaian Prestasi Kerja Guru", Ekspose: Jurnal Penelitian Hukum dan Pendidikan, 2020 Publication	<1 %
78	Priskila Rossi Andriana, Heru Astikasari Setya Murti. "Hubungan Regulasi Emosi Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Yang Mengalami Body Shaming", G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2024 Publication	<1 %
79	Yuanita Dwi Krisphianti, Fenti Adelia Nurwulansari. "Skala Kematangan Karier Siswa SMK", Nusantara of Research : Jurnal	<1 %

Hasil-hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2022

Publication

80	digilib.uinsby.ac.id Internet Source	<1 %
81	repo.iain-tulungagung.ac.id Internet Source	<1 %
82	e-campus.iainbukittinggi.ac.id Internet Source	<1 %
83	eprints.perbanas.ac.id Internet Source	<1 %
84	id.scribd.com Internet Source	<1 %
85	journals.unisba.ac.id Internet Source	<1 %
86	moam.info Internet Source	<1 %
87	newsmaker.tribunnews.com Internet Source	<1 %
88	ngaku2backpacker.blogspot.com Internet Source	<1 %
89	religiusitasregulasiemosi.blogspot.com Internet Source	<1 %
90	www.researchgate.net Internet Source	<1 %
91	Muhammad Dicky Revaldi, Rachmawati Rachmawati. "KONSEP DIRI DAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA HOMOSEKSUAL DI KOTA PALEMBANG", Psychology Journal of Mental Health, 2019	<1 %

92	Reza Rahmawati, Septia Putri Nurlita, Eni Widiyati. "GAMBARAN KUALITAS HIDUP PADA WANITA DENGAN DIABETES MELLITUS", Journal of Pharmaceutical And Sciences, 2022 Publication	<1 %
93	Rika Fitriyana. "Regulasi Emosi dan Kesadaran Diri pada Masyarakat dalam Menanggapi Bantuan Sosial di Kelurahan Bekasi Jaya", Social Philanthropic, 2022 Publication	<1 %
94	a-research.upi.edu Internet Source	<1 %
95	doaj.org Internet Source	<1 %
96	ejournal.stipram.ac.id Internet Source	<1 %
97	etd.repository.ugm.ac.id Internet Source	<1 %
98	jimfeb.ub.ac.id Internet Source	<1 %
99	jni.ejournal.unri.ac.id Internet Source	<1 %
100	kabar-terhangat.blogspot.com Internet Source	<1 %
101	repository.uhn.ac.id Internet Source	<1 %
102	repository.umpalopo.ac.id Internet Source	<1 %
103	repository.umy.ac.id Internet Source	<1 %

<1 %

104 Fitriyani Lie, Pupung Puspa Ardini, Setiyo Utoyo, Yenti Juniarti. "Tumbuh Kembang Anak Broken Home", Jurnal Pelita PAUD, 2019
Publication

<1 %

105 Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya
Student Paper

<1 %

106 de.scribd.com
Internet Source

<1 %

107 digilib.uns.ac.id
Internet Source

<1 %

108 ecampus.pelitabangsa.ac.id
Internet Source

<1 %

109 ejurnal.untag-smd.ac.id
Internet Source

<1 %

110 fusion.rifainstitute.com
Internet Source

<1 %

111 journal.ikipsiliwangi.ac.id
Internet Source

<1 %

112 latifchemist.blogspot.com
Internet Source

<1 %

113 repository.ar-raniry.ac.id
Internet Source

<1 %

114 repository.uma.ac.id
Internet Source

<1 %

115 repository.widyamataram.ac.id
Internet Source

<1 %

116 Internet Source <1 %

117 www.titisayuningsih.com
Internet Source <1 %

118 eprints.walisongo.ac.id
Internet Source <1 %

119 eprints.uad.ac.id
Internet Source <1 %

120 etheses.uin-malang.ac.id
Internet Source <1 %

121 repository.upi.edu
Internet Source <1 %

122 www.pekerjadata.com
Internet Source <1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA