

**PERANAN KEBERFUNGSIAN KELUARGA DAN
REGULASI DIRI PADA KECEMASAN SOSIAL REMAJA
KORBAN PERUNDUNGAN**

TESIS

Oleh

Rini Purnamasari Yanwar

717181008



**PROGRAM MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2020**

**PERANAN KEBERFUNGSIAN KELUARGA DAN
REGULASI DIRI PADA KECEMASAN SOSIAL REMAJA
KORBAN PERUNDUNGAN**

*The role of family functioning and self-regulation towards
social anxiety in adolescents of bullying victims*

Tesis ini diajukan sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Magister Psikologi (M.Psi.)

Oleh

Rini Purnamasari Yanwar

717181008



**PROGRAM MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2020**

PERNYATAAN

Saya, nama Rini Purnamasari Yanwar, nomor induk: 717181008

Dengan ini menyatakan menjamin bahwa tesis yang diserahkan kepada Program Studi Magister Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul: Peranan Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Diri pada Kecemasan Sosial Remaja Korban Perundungan

merupakan **karya sendiri** yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan **plagiarisme dan otoplagiarisme**.

Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 16 Desember 2019



Rini Purnamasari Yanwar
717181008

LEMBAR PENGESAHAN

Nama : Rini Purnamasari Yanwar

N.I.M. : 717181008

Program Studi : Magister Psikologi

JUDUL TESIS

Peranan Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Diri pada Kecemasan Sosial Remaja

Korban Perundungan

telah diuji pada **Sidang Tesis** pada hari Rabu tanggal 15 Januari 2020

dan dinyatakan Lulus oleh Dewan Penguji yang terdiri atas:

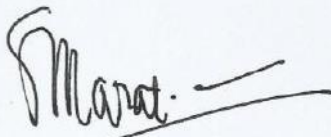
1. Ketua : Dr. Rostiana, M.Si., Psikolog

2. Anggota : Sri Tiatri, M.Psi., PhD., Psikolog

Dr. Naomi Soetikno, M.Pd., Psikolog

Jakarta, 22 Januari 2020

Pembimbing I



Prof. Dr. Samsunuwiyati Mar'at, Psikolog

Pembimbing II



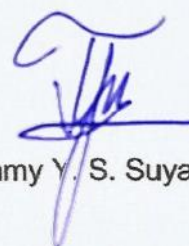
Dr. Naomi Soetikno, M.Pd., Psikolog

Dekan



Dr. Rostiana, M.Si., Psikolog

Ketua Program



Dr. P. Tommy Y. S. Suyasa, Psikolog

DAFTAR ISI

PERNYATAAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR FIGUR.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
Abstrak	viii
Abstract.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	13
1.3 Tujuan Penelitian.....	13
1.4 Manfaat Penelitian.....	13
1.5 Sistematika Penulisan	14
BAB II KAJIAN PUSTAKA	15
2.1 Kecemasan Sosial.....	15
2.1.1 Definisi Kecemasan Sosial	15
2.1.2 Kriteria Diagnostik Gangguan Kecemasan Sosial.....	16
2.1.3 Aspek-aspek Kecemasan Sosial	18
2.1.4 Penyebab Kecemasan Sosial.....	18
2.1.5 Dampak Kecemasan Sosial.....	26
2.2 Keberfungsian Keluarga (<i>Family functioning</i>)	27
2.2.1 Definisi Keberfungsian Keluarga (<i>Family functioning</i>).....	27
2.2.2 <i>The Circumplex Model of Marital and Family System</i>	29
2.3 Regulasi Diri	33
2.3.1 Definisi Regulasi Diri	33
2.3.2 Aspek Regulasi Diri	34
2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri.....	35
2.4 Remaja.....	38
2.4.1 Perkembangan Kognitif	39
2.4.2 Perkembangan Psikososial	42
2.5 Keberfungsian keluarga dan remaja	45
2.6 Perundungan (<i>Bullying</i>)	46
2.7 Kerangka Berpikir	47
2.8 Hipotesis Penelitian	52
BAB III METODE PENELITIAN.....	53
3.1 Partisipan Penelitian.....	53
3.1.1 Karakteristik Partisipan Penelitian	53
3.1.2 Teknik Pengambilan Sampel	53
3.1.3 Gambaran Partisipan Penelitian	54
3.1.4 Gambaran Perundungan Partisipan	55
3.2 Desain Penelitian.....	56
3.3 Variabel Penelitian.....	56
3.3.1 Variabel Kecemasan Sosial.....	57
3.3.2 Variabel Keberfungsian Keluarga	60
3.3.3 Variabel Regulasi Diri	65
3.4 Setting dan Instrumen Penelitian	72
3.4.1 Setting Penelitian	72

3.4.2 Instrumen Penelitian.....	72
3.5 Prosedur Penelitian	73
3.5.1 Persiapan Penelitian.....	73
3.5.2 Pelaksanaan Penelitian	73
3.5.3 Pengolahan Data Penelitian	74
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA	75
4.1 Kategorisasi Variabel Penelitian	75
4.1.1 Norma Kategorisasi.....	75
4.1.2 Norma Kategorisasi Variabel Penelitian.....	76
4.2 Gambaran Data Variabel Penelitian	76
4.2.1 Gambaran Data Kecemasan Sosial Partisipan	76
4.2.2 Gambaran Data Keberfungsian Keluarga Partisipan	77
4.2.3 Gambaran Data Regulasi Diri Partisipan	78
4.3 Uji Asumsi	78
4.3.1 Uji Normalitas Data	79
4.3.2 Uji Multikolinieritas.....	79
4.3.3 Uji Autokorelasi	80
4.3.4 Uji Heteroskedastisitas	80
4.4 Analisa Data Utama.....	81
4.4.1 Analisis regresi tahap pertama: Uji peranan keberfungsian keluarga terhadap kecemasan sosial pada remaja korban perundungan	82
4.4.2 Analisis regresi tahap kedua: Uji peranan keberfungsian keluarga terhadap regulasi diri pada remaja korban perundungan	83
4.4.3 Analisis regresi tahap ketiga: Uji peranan regulasi diri dalam memediasi hubungan antara keberfungsian keluarga dan kecemasan sosial pada remaja korban perundungan	84
4.5 Analisa Data Tambahan	86
4.5.1 Perbedaan Kecemasan Sosial Berdasarkan Jenis Perundungan	86
4.5.2 Perbedaan Kecemasan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin	88
4.5.3 Gambaran Dimensi Keberfungsian Keluarga Partisipan	88
4.5.4 Peran Dimensi Keberfungsian Keluarga terhadap Regulasi Diri	90
4.5.5 Peran Dimensi Regulasi Diri terhadap Kecemasan Sosial	91
BAB V DISKUSI, SIMPULAN DAN SARAN	93
5.1 Diskusi.....	93
5.2 Simpulan	100
5.3 Saran.....	101
5.3.1 Saran Teoritis	101
5.3.2 Saran Praktis.....	102
DAFTAR PUSTAKA.....	104

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Gambaran Demografis Partisipan Penelitian (n=737)	54
Tabel 3.2 Karakteristik partisipan penelitian berdasarkan jenis perundungan	55
Tabel 3.3 Hasil Pengujian Reliabilitas Dimensi Kecemasan Sosial	60
Tabel 3.4 Hasil Pengujian Reliabilitas Dimensi Keberfungsian Keluarga	64
Tabel 3.5 Hasil Pengujian Reliabilitas Dimensi Regulasi Diri	69
Tabel 4.1 Rumus norma kategorisasi.....	75
Tabel 4.2 Norma Kategorisasi Variabel Penelitian	76
Tabel 4.3 Gambaran Data Kecemasan Sosial	77
Tabel 4.4 Gambaran Data Keberfungsian Keluarga.....	77
Tabel 4.5 Gambaran Data Regulasi Diri	78
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas Data One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test.....	79
Tabel 4.7 Tabel Nilai R Keberfungsian Keluarga terhadap Kecemasan Sosial ..	82
Tabel 4.8 Tabel Nilai F Keberfungsian Keluarga terhadap Kecemasan Sosial...	82
Tabel 4.9 Tabel Nilai t Keberfungsian Keluarga terhadap Kecemasan Sosial	83
Tabel 4.10 Nilai R Keberfungsian Keluarga terhadap Regulasi Diri	83
Tabel 4.11 Tabel Nilai F Keberfungsian Keluarga terhadap Regulasi Diri	84
Tabel 4.12 Tabel Nilai t Keberfungsian Keluarga terhadap Regulasi Diri	84
Tabel 4.13 Tabel Nilai R Regulasi Diri terhadap Hubungan Keberfungsian Keluarga dan Kecemasan Sosial	85
Tabel 4.14 Tabel Nilai F Regulasi Diri terhadap Hubungan Keberfungsian Keluarga dan Kecemasan Sosial	85
Tabel 4.15 Tabel Nilai t Regulasi Diri terhadap Hubungan Keberfungsian Keluarga dan Kecemasan Sosial	85
Tabel 4.16 Gambaran Nilai Kecemasan Sosial Berdasarkan Jenis Perundungan	87
Tabel 4.17 Gambaran Nilai Kecemasan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin	88
Tabel 4.18 Gambaran Dimensi Keberfungsian Keluarga Partisipan.....	89
Tabel 4.19 Gambaran Kategori Keberfungsian Keluarga Partisipan	90
Tabel 4.20 Tabel Nilai t Peran Dimensi Keberfungsian Keluarga terhadap Regulasi Diri	90
Tabel 4.21 Tabel Nilai t Peran Dimensi Regulasi Diri terhadap Kecemasan Sosial	91

DAFTAR FIGUR

Figur 2.1 Skema Kerangka Berpikir Penelitian	52
Figur 4.1 Hasil uji heteroskedastisitas.....	81

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Blueprint Kecemasan Sosial	117
Lampiran 2 Pengujian Reliabilitas Dimensi FNE Alat Ukur SAS-A	118
Lampiran 3 Pengujian Reliabilitas Dimensi SAD-New Alat Ukur SAS-A.....	119
Lampiran 4 Pengujian Reliabilitas Dimensi SAD-G Alat Ukur SAS-A.....	120
Lampiran 5 Pengujian Reliabilitas Alat Ukur SAS-A Secara Keseluruhan	121
Lampiran 6 Blueprint Keberfungsian Keluarga.....	122
Lampiran 7 Pengujian Reliabilitas Dimensi Kohesi	124
Lampiran 8 Pengujian Reliabilitas Dimensi Fleksibilitas	125
Lampiran 9 Pengujian Reliabilitas Dimensi Komunikasi	127
Lampiran 10 Pengujian Reliabilitas Alat Ukur FACES II dan FCS	128
Lampiran 11 Blueprint Alat Ukur Regulasi Diri	130
Lampiran 12 Pengujian Reliabilitas Dimensi Receiving Alat Ukur SRQ.....	133
Lampiran 13 Pengujian Reliabilitas Dimensi Evaluating Alat Ukur SRQ.....	134
Lampiran 14 Pengujian Reliabilitas Dimensi Triggering Alat Ukur SRQ	136
Lampiran 15 Pengujian Reliabilitas Dimensi Searching Alat Ukur SRQ	138
Lampiran 16 Pengujian Reliabilitas Dimensi Formulating Alat Ukur SRQ	140
Lampiran 17 Pengujian Reliabilitas Dimensi Implementing Alat Ukur SRQ	142
Lampiran 18 Pengujian Reliabilitas Dimensi Assessing Alat Ukur SRQ	143
Lampiran 19 Pengujian Reliabilitas Alat Ukur SRQ Secara Keseluruhan.....	145
Lampiran 20 Kategorisasi Data Penelitian	147
Lampiran 21 Uji Asumsi Normalitas	148
Lampiran 22 Uji Asumsi Multikolinieritas, Autokorelasi, dan Heteroskedastisitas	149
Lampiran 23 Analisis regresi tahap pertama	152
Lampiran 24 Analisis regresi tahap kedua	153
Lampiran 25 Analisis regresi tahap ketiga	154
Lampiran 26 Perbedaan Kecemasan Sosial Berdasarkan Jenis Perundungan	155
Lampiran 27 Perbedaan Kecemasan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin	157
Lampiran 28 Matriks Uji Perbedaan Variabel – Analisa Data Tambahan	158
Lampiran 29 Gambaran Dimensi Keberfungsian Keluarga Partisipan.....	159
Lampiran 30 Gambaran Kategori Keberfungsian Keluarga Partisipan	160
Lampiran 31 Peran Dimensi Keberfungsian Keluarga terhadap Regulasi Diri..	162
Lampiran 32 Peran Dimensi Regulasi Diri terhadap Kecemasan Sosial	164
Lampiran 33 Informed Consent Pengambilan Data.....	165
Lampiran 34 Alat Ukur Pengambilan Data	166

Peranan Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Diri pada Kecemasan Sosial Remaja Korban Perundungan

Rini Purnamasari Yanwar
Prof. Dr. Samsunuwiyati Mar'at, Psi.
Dr. Naomi Soetikno, M.Pd., Psi.
Universitas Tarumanagara

Abstrak

Perundungan adalah penyalahgunaan kekuasaan secara sistematis sebagai tindakan merugikan yang disengaja yang dilakukan berulang (Wolke & Lereya, 2015). Perundungan dapat dialami oleh remaja dan menimbulkan kecemasan sosial, yaitu ketakutan yang terus-menerus terhadap satu atau lebih situasi sosial di mana orang tersebut terpapar dengan orang asing atau kemungkinan pengawasan orang lain. Regulasi diri dapat mempengaruhi kecemasan sosial seseorang. Regulasi diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengembangkan, mengimplementasikan, dan secara fleksibel mempertahankan perilaku yang direncanakan untuk mencapai tujuannya. Keberfungsian keluarga yang baik di dalam hubungan anggota keluarga, dapat mempengaruhi kemampuan regulasi diri remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan regulasi diri terhadap hubungan antara keberfungsian keluarga dan kecemasan sosial pada remaja korban perundungan. Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian kuantitatif deskriptif *ex-post facto* dengan bentuk non eksperimental. Penelitian dilakukan pada remaja korban perundungan (N=737) berusia 13-19 tahun. Alat ukur yang digunakan adalah *Self-Regulation Questionnaire* (SRQ) untuk mengukur regulasi diri, *The Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale* (FACES) II dan *Family Communication Scale* (FCS) untuk mengukur keberfungsian keluarga, dan *Social Anxiety Scale for Adolescent* (SAS-A) untuk mengukur kecemasan sosial. Penelitian menggunakan analisis regresi linear sederhana dan berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi keberfungsian keluarga maka semakin rendah kecemasan sosial ($\beta = -0.172, p = 0.000$). Semakin tinggi keberfungsian keluarga maka semakin tinggi regulasi diri ($\beta = 0.330, p = 0.000$). Serta, peran keberfungsian keluarga terhadap kecemasan sosial akan semakin meningkat apabila dimediasi oleh variabel regulasi diri. Hasil penelitian ini berguna bagi keluarga korban perundungan agar lebih meningkatkan ikatan emosional antar anggota keluarga dan meningkatkan regulasi diri remaja.

Kata Kunci : regulasi diri, kecemasan sosial, keberfungsian keluarga, remaja, perundungan

The role of family functioning and social anxiety towards self-regulation in adolescents of bullying victims

Rini Purnamasari Yanwar
Prof. Dr. Samsunuwiyati Mar'at, Psi.
Dr. Naomi Soetikno, M.Pd., Psi.
Universitas Tarumanagara

Abstract

Bullying is a decision of power systematically as a deliberate detrimental act that is repeated (Wolke & Lereya, 2015). Bullying can be questioned by adolescents and social reports, namely persistent fear of one or more social situations in which the person is exposed to strangers or the possibility of surveillance by others. Self-regulation can affect a person. Self-regulation is a person's ability to develop, implement, and apply planned behavior to achieve emotions. Good family functioning in the relationship of family members can affect adolescent self-regulation abilities. This study aims to see the regulations that self-regulation of the relationship between family and social functioning in adolescent victims of bullying. This type of research is quantitative descriptive ex-post facto research with a non-experimental form. The research was conducted on young victims of bullying (N = 737) aged 13-19 years. The measuring instruments used are the Self-Regulation Questionnaire (SRQ) to measure self-regulation, The Family Adaptability, and Cohesion Evaluation Scale (FACES) II, and the Family Communication Scale (FCS) to measure family functioning and the Social Anxiety Scale for Adolescent (SAS-A) to measure social criticism. This study uses simple and multiple linear regression analysis. The results showed that the higher the family function, the lower the social ($\beta = -0.172$, $p = 0.000$). The higher the functioning of the family, the higher the self-regulation ($\beta = 0.330$, $p = 0.000$). Also, the role of family functioning on social news will increasingly be mediated by self-regulation variables. The results of this study are useful for the families of victims of bullying to increase emotional ties between family members and increase the self-regulation of adolescents.

Keywords: self-regulation, social anxiety, family functioning, adolescents, bullying