

PERANAN REGULASI EMOSI TERHADAP *ADVERSITY QUOTIENT*

KONSULTAN KONSTRUKSI DI KALIMANTAN SELATAN

Skripsi

**Diajukan guna memenuhi sebagian syarat
Untuk memperoleh derajat Sarjana Psikologi
Universitas Lambung Mangkurat**



Oleh

Havilda Humaira Wardhini

1810914320021

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

Desember, 2023

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi

PERANAN REGULASI EMOSI TERHADAP *ADVERSITY QUOTIENT* KONSULTAN KONSTRUKSI DI KALIMANTAN SELATAN

dipersiapkan dan disusun oleh

Havilda Humaira Wardhini

telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 22 Desember 2023

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama

Anggota Dewan Penguji Lain

Rooswita Santia Dewi, M.Si., Psikolog
NIP.1974090820081220021

Neka Erlyani, M.Psi., Psikolog
NIP. 198312262008122001

Pembimbing Pendamping

Muhammad Swarif Hidayatullah, M.Psi., Psikolog
NIP. 198611142014041001

Dr. Ermina Istiqomah, M.Si., Psikolog
NIP.197009192005012002

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi



Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog
NIP. 198104212008121005
Koordinator Program Studi Psikologi

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesejahteraan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar isi

Banjarbaru, 22 Desember 2023

Havilda Humaira Wardhini

NIM. 1810914320021

ABSTRAK

PERANAN REGULASI EMOSI TERHADAP *ADVERSITY QUOTIENT* KONSULTAN KONSTRUKSI DI KALIMANTAN SELATAN

Havilda Humaira Wardhini

konsultan konstruksi berperan sangat penting dalam jasa konstruksi karena tidak hanya mengawasi tapi juga memberikan dampingan agar suatu proyek dikerjakan dengan baik. Berdasarkan penelitian sebelumnya, regulasi emosi merupakan kemampuan untuk mengelola atau mengontrol emosi sehingga regulasi emosi memiliki peran penting untuk pengelolaan dan membantu agar tetap tenang dibawah tekanan apapun. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat peranan regulasi emosi terhadap *adversity quotient* konsultan konstruksi di Kalimantan Selatan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan sampel penelitian berjumlah 100 orang konsultan konstruksi yang ada di Kalimantan Selatan. Data penelitian menggunakan skala *Regulation Questionners (ERQ)* dan Skala *Adversity Quotient*. Teknik analisis yang digunakan adalah Teknik analisis regresi linier sederhana dengan hasil didapatkan adanya peranan negatif antara regulasi emosi dengan *adversity quotient*.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, *Adversity Quotient*, Konsultan Konstruksi

ABSTRACT

THE ROLE OF EMOTION REGULATION IN ADVERSITY QUOTIENT AMONG CONSTRUCTION CONSULTANTS IN SOUTH KALIMANTAN

Havilda Humaira Wardhini

Construction consultants play a very important role in construction services because they not only supervise but also provide assistance so that a project can be carried out well. Based on previous research, emotion regulation is defined as the ability to manage or control emotions, and hence emotion regulation has an important role in managing and helping an individual to stay calm under any pressure. The aim of this study is to find out whether there is a role of emotion regulation in adversity quotient among construction consultants in South Kalimantan. The quantitative method was employed in this study with a sample of 100 construction consultants in South Kalimantan. The measurement instruments included the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) scale and the Adversity Quotient Scale. The analysis technique used in the study was a simple linear regression analysis technique with the results showing that there is a negative role of Emotion regulation in adversity quotient.

Keywords: Emotion Regulation, Adversity Quotient, Construction Consultant

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang maha pengasih lagi maha penyayang. Saya panjatkan puja dan puji syukur kehadirat-Nya, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya kepada kita semua, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Peranan Regulasi Emosi terhadap *Adversity Quotient* Konsultan Konstruksi di Kalimantan Selatan”.

Penulisan skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk memperoleh derajat Sarjana Psikologi Universitas Lambung Mangkurat. Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan ULM; Ibu Dr. dr. Istiana, M. Kes atas kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian skripsi ini.
2. Koordinator Program Studi Psikologi FKIK ULM; Bapak Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog
3. Dosen Pembimbing Utama: Ibu Rooswita Santia Dewi, M. Si., Psikolog dan Dosen Pembimbing Pendamping: Bapak Muhammad Syarif Hidayatullah, M. Psi., Psikolog yang telah memimbing dan memberikan banyak pembelajaran serta masukan untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Dosen Peguji: Ibu Neka Erlyani, M.Psi., Psikolog dan Ibu Dr. Ermina Istiqomah, M.Si., Psikolog yang telah memberikan saran dan masukan untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Keluarga, yaitu: Ibu Hj. Wardah Jamilah SE, Bapak Ir. H. Hasan Husaini MT, Kakak Ir. Hasvivaldi Azwardhana MT dan Adik Hasmivalda Azwardhani yang senantiasa memberikan doa, semangat dan dukungan, dari awal hingga saat ini.
6. Teman teman penulis yang bernama Maulida Tasya Anjani S.Psi, Dania Febrina S.Psi, Bunga Azharah dan lain-lain yang tidak bisa disebutkan satu persatu telah bersedia mendengarkan keluh kesah & memberikan dukungan hingga saat ini.
7. Diri sendiri yang telah berjuang dalam proses pengerjaan skripsi ini dari awal hingga akhir.

Saya menyadari masih banyak kekurangan yang ada pada skripsi ini. Oleh karena itu, saya menerima kritik dan saran dari pembaca sebagai masukan untuk penulisan yang lebih baik. Akhir kata saya harap semoga penyusunan skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Banjarbaru, 11 Desember 2023

Havilda Humaira Wardhini

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN.....	i
PERNYATAAN.....	ii
ABSTRAK.....	iii
<i>ABSTRACT</i>	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I.....	12
PENDAHULUAN.....	12
1.1. Latar Belakang Masalah.....	12
1.2. Rumusan Masalah.....	21
1.3. Tujuan Penelitian.....	21
1.4. Manfaat Penelitian.....	21
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	21
1.4.2. Manfaat Praktis.....	22
1.5. Signifikansi dan Keunikan Penelitian.....	22
BAB II.....	27
TINJAUAN PUSTAKA.....	27

2.1. Regulasi Emosi.....	27
2.1.1. Definisi Regulasi Emosi.....	27
2.1.2. Aspek Regulasi Emosi.....	28
2.1.3. Faktor Regulasi Emosi.....	30
2.1.4. Strategi Regulasi Emosi.....	31
2.2. <i>Adversity Quotient</i>	34
2.2.1. Definisi <i>Adversity Quotient</i>	34
2.2.2. Tipe <i>Adversity Quotient</i>	36
2.2.3. Dimensi <i>Aversity Quotient</i>	37
2.2.4. Faktor yang memengaruhi <i>Adversity Quotient</i>	39
2.3. Konsultan Konstruksi.....	42
2.4. Peranan Regulasi Emosi terhadap <i>Adversity Quotient</i>	43
2.5. Landasan Teori.....	44
2.6. Hipotesis.....	45
BAB III.....	47
METODE PENELITIAN.....	47
3.1. Rancangan Penelitian.....	47
3.2. Identifikasi, Konseptual dan Operasional Variabel Penelitian.....	48
3.2.1. Identifikasi Variabel Penelitian.....	48
3.2.2. Definisi Konseptual dan Interpersonal Variabel Penelitian Regulasi Emosi.....	48
3.2.3. <i>Adversity Quotient</i>	48

3.3. Subjek dan Tempat Penelitian.....	49
3.4. Pengumpulan Data.....	51
3.4.1. Instrumen Penelitian.....	51
3.4.2. Skala Regulasi Emosi.....	51
3.4.3. Skala <i>Adversity Quotient</i>	52
3.4.4. Seleksi Aitem, Validitas, dan Reliabilitas Alat Ukur.....	53
BAB IV.....	58
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	58
4.1. Gambaran Subjek Penelitian.....	58
4.2. Pelaksanaan Penelitian.....	59
4.3. Hasil Penelitian.....	60
4.3.1. Deskripsi Data Penelitian.....	60
4.3.2. Hasil Analisis Data Penelitian.....	63
4.4. Pembahasan.....	67
BAB V.....	73
KESIMPULAN DAN SARAN.....	73
5.1. Kesimpulan.....	73
5.2. Saran.....	73
5.2.1. Saran untuk Partisipan.....	73
5.2.2. Saran untuk INTAKINDO.....	74
5.2.3. Saran untuk Peneliti Berikutnya.....	74
DAFTAR PUSTAKA.....	75
LAMPIRAN.....	80

DAFTAR TABEL

	Halaman
3.1. <i>Blueprint</i> Skala <i>Emotion Regulation (ERQ)</i> oleh Gross (2003).....	52
3.2. <i>Blueprint</i> Skala <i>Adversity Quotient</i> oleh Ayu dan Novia (2023).....	52
3.3. Alpha Cornbath Kriteria Guilford (dalam Fatimah dkk.,2020).....	56
4.1. Data Demografis Usia Subjek Penelitian.....	58
4.2. Data Demografis Jenis Kelamin Subjek Penelitian.....	58
4.3. Data Demografis Asal Subjek Penelitian.....	59
4.4. Data Demografis Lama Bekerja.....	59
4.5. Rumus Perhitungan Skor Hipotetik Variabel Penelitian.....	61
4.6. Perbandingan Skor Hipotetik dan Skor Empirik.....	61
4.7. Rumusan Norma Kategorisasi.....	62
4.8. Kategorisasi Data Variabel Regulasi Emosi.....	62
4.9. Kategorisasi Data Variabel <i>Adversity Quotient</i>	63
4.10. Hasil Uji Normalitas.....	64
4.11. Hasil Uji Linieritas.....	65
4.12. Hasil Uji Regresi Linier Sederhana.....	66
4.13. Nilai Koefisien Determinasi Regresi.....	66

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Bukti Izin Menggunakan Skala Regulasi Emosi.....	81
B. Bukti Izin Menggunakan Skala <i>Adversity Quotient</i>	81
C. Skala Asli Regulasi Emosi.....	82
D. Skala Asli <i>Adversity Quotient</i>	84
E. Cek Referensi.....	88
F. Pernyataan Kesiediaan Membimbing dan Lembar Bimbingan.....	90
G. Sertifikat Uji Plagiasi.....	95
H. Hasil Setelah Uji Coba Penelitian.....	96