

**PERAN KONSELOR DALAM MELATIH KETERAMPILAN REGULASI EMOSI
PADA REMAJA DI PUSAT PEMBELAJARAN KELUARGA (PUSPAGA) SLEMAN**

SKRIPSI



Oleh:

Reni Khofifah

NIM: 20190710101

PROGRAM STUDI KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM

FAKULTAS AGAMA ISLAM

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

2022

**PERAN KONSELOR DALAM MELATIH KETERAMPILAN REGULASI EMOSI
PADA REMAJA DI PUSAT PEMBELAJARAN KELUARGA (PUSPAGA) SLEMAN**



SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana sosial (S.Sos) Starta
Satu syarat pada Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Oleh:

Reni Khofifah

NIM: 20190710101

**PROGRAM STUDI KOMUNIKASI PENYIARAN ISLAM
FAKULTAS AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Reni Khofifah

NIM : 20190710101

Program Studi : Komunikasi dan Penyiaran Islam

Dengan ini menyatakan dengan bersungguh-sungguh bahwa skripsi dengan judul **Peran Konselor Dalam Melatih Regulasi Emosi Pada Remaja Di Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) Sleman**. Benar-benar telah ditulis dan merupakan karya sendiri. Adapun karya ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi lain dan dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar Pustaka.

Yogyakarta, 20 Desember 2022

Yang membuat pernyataan



Reni Khofifah
NIM: 20190710101

PERSEMBAHAN

Peneliti mengucapkan rasa syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan kemudahan, kelancaran, dan petunjuk dalam proses penyusunan skripsi ini. Kemudian segala doa yang dipanjatkan sehingga skripsi ini dapat selesai tepat pada waktu yang telah peneliti targetkan. Skripsi ini dipersembahkan untuk:

1. Kedua Orangtua, Bapak Abdul Rohman dan Ibu Ribu Wati, serta adik-adik saya, yaitu M. Ariful Amin Wicaksono dan Shaqila Rozabiah Khofifah yang telah memberikan banyak dukungan berupa motivasi dan semangat kepada saya. Serta keluarga besar yang juga turut memberikan motivasi agar peneliti semangat untuk menyusun skripsi ini. Semoga sekeluarga selalu diberikan keberkahan dan perlindungan dari Allah SWT.
2. Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam, sebagai tempat peneliti menimba ilmu selama mengemban amanah sebagai seorang mahasiswa. Peneliti sangat bersyukur dapat berkuliah di jurusan KPI FAI UMY. Peneliti mendapatkan banyak sekali ilmu baik dunia maupun akhirat, mendapatkan pengalaman yang insyaallah nantinya akan dapat bermanfaat Ketika peneliti sudah lulus dari dunia perkuliahan. Allahumma aamiin.
3. Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) Sleman yang telah memberikan kesempatan dan mengizinkan peneliti untuk dapat melakukan penelitian di tempat tersebut. Peneliti juga mengucapkan banyak-banyak terima kasih karena telah mempermudah peneliti dalam proses melakukan penelitian sehingga skripsi ini dapat terselesaikan

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang berkat rahmat dan hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Segala kesulitan yang dialami oleh peneliti adalah salah satu bentuk kasih sayangNya dalam memperluas pengetahuan peneliti dalam melakukan penelitian ini. Sholawat serta salam tidak lupa penulis haturkan kepada Rasulullah Shallallahu ‘Alaihi Wasallam. Skripsi ini tidak akan dapat diselesaikan tepat waktu tanpa adanya peran-peran dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Gunawan Budiyanto., M.P., IPM selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Dr. Syakir Jamaluddin, M.A selaku Dekan Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Dr. Ahmad Hermawan, LC.M.A selaku Ketua Prodi Komunikasi Penyiaran Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
4. Novia Fetri Aliza, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing, terimakasih karena selalu memberikan bimbingan yang terbaik berupa motivasi dan masukan dalam proses penyusunan skripsi ini. Serta tiada henti untuk mendukung agar selalu semangat dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga selalu diberikan keberkahan dan perlindungan dari Allah SWT.
5. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah memberikan perhatian dan ilmu-ilmu yang bermanfaat. Segenap staff dan karyawan di Prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah membantu dan selalu memberikan layanan terbaik.

6. Pengurus Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) Sleman khususnya bagian Dinas Pemberdayaan Perempuan Pelindungan Anak, Pengendalian Penduduk, dan Keluarga Berencana (DP3AP2KB) Sleman yang telah memfasilitasi peneliti dalam melakukan penelitian di Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) Sleman.
7. Sri Budiyaningsih, M.Si selaku Kepala PUSPAGA, Mada Kartikasari, S. Psi dan Ari Prasetyo S. Psi selaku konselor yang telah membantu peneliti dalam melakukan penelitian di Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) Sleman.
8. Keluarga dan Saudara terutama Kakek Yusro, Nenek Sunarti, Om, Tante, Bude, Pakde, Sepupu-sepupu serta keluarga besar Kakek Salam dan Nenek Sutinem yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah memberikan doa, dukungan, serta semangat kepada saya.
9. Saudara yang memberikan tempat tinggal kepada saya selama berkuliah di Yogyakarta, Pakpuh Jaimah, Ibupuh Iwan Irwanti, Mas Rega Pratangga, Mas Pandu Prima Sakti, dan Mba Anfasa Praditaningrum. Semoga selalu di berikan rezeki yang melimpah, berkah, dan barokah.
10. Sahabat tersayang Dwi Safitri, Amd. Keb, Lessi Yulianti Amd. Farm, dan Ulfa Khusnul Khotimah yang sedang menempuh gelar sarjana. Terimakasih telah memberikan semangat kepada peneliti untuk senantiasa bersemangat dan tidak mudah berputus asa dalam proses penyusunan skripsi. Semoga tercapai cita-citanya dan sukses selalu.
11. Terkhusus kepada teman-teman peneliti yang baik hati Raudhatul Ad'iyah Madawat M, Ezra Najwa Wahyu Zarkasyi, Ainul Mutmainah, Putri Indah Wardani, Sindy Sofyaturrahmah, dan Mistyarni yang telah menjadi *support system* untuk peneliti selama mengemban Amanah di dunia perkuliahan dan dalam proses penyusunan skripsi.
12. Seluruh Mahasiswa Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam 2019 yang selalu kompak untuk saling membantu dan memberikan semangat, serta saling membantu dalam

menyelesaikan studinya. Semoga teman-teman selalu diberikan kemudahan dalam segala urusannya dan selalu mendapatkan perlindungan dari Allah SWT.

Yogyakarta, 20 Desember 2022

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Reni Khofifah', with a horizontal line underneath it.

Reni Khofifah
NIM. 20190710101

DAFTAR ISI

NOTA DINAS	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	4
PRAKATA.....	5
DAFTAR ISI.....	8
DAFTAR TABEL.....	12
DAFTAR GAMBAR.....	13
DAFTAR LAMPIRAN.....	14
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACK	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 RUMUSAN MASALAH	6
1.3 TUJUAN PENELITIAN.....	6
1.4 MANFAAT PENELITIAN.....	6

BAB II.....	8
TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI	8
2.1 Tinjauan Pustaka	8
2.2 Kerangka Teori.....	15
2.2.1 Konselor	15
2.2.2 Peran Konselor	16
2.2.3 Emosi	18
2.2.4 Regulasi Emosi.....	20
BAB III	22
METODE PENELITIAN.....	22
3.1 Jenis Penelitian	22
3.2 Fokus Penelitian	22
3.3 Operasionalisasi Konsep	23
3.4 Lokasi dan Subjek Penelitian	23
3.5 Sumber Data.....	24
3.5.1 Sumber Primer	24
3.5.2 Sumber Sekunder.....	24
3.6 Metode Pengumpulan Data	24
3.6.1 Metode Observasi	25
3.6.2 Metode Wawancara	25

3.6.3 Metode Dokumentasi.....	26
3.7 Teknik Analisis Data.....	26
3.7.1 Analisis Deskriptif (<i>Descriptive Analysis</i>).....	27
3.7.2 Analisis Isi (Content Analysis).....	27
3.7.3 Pengelolaan Data (<i>Data Management</i>)	28
BAB IV.....	29
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	29
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	29
4.1.1 Sejarah Berdirinya Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA)	29
4.1.2 Visi Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA)	31
4.1.3 Misi Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA).....	31
4.1.4 Letak Geografis Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA)	31
4.1.5 Struktur Organisasi Pusat Pembelajaran Keluarga.....	32
4.1.6 Proses Pengumpulan Data	32
4.1.7 Profil Informan	34
4.1.8 Gambaran Emosi Remaja di Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA).....	37
4.1.9 Metode Konselor dalam Melatih Regulasi Emosi Remaja di Pusat Pembelajaran Keluarga Sleman	39
4.1.10 Perubahan Emosi Remaja Setelah Melakukan Konseling di Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) Sleman.....	44

4.1.11 Peran Konselor Di Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) Dalam Melatih Regulasi Emosi Remaja.....	47
BAB V	50
PENUTUP.....	50
5.1 Kesimpulan.....	50
5.2 Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA.....	53
L A M P I R A N.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Operasionalisasi Konsep.....	24
Tabel 2. Subjek I.....	36
Tabel 3. Biodata Subjek II	37
Tabel 4. Biodata Subjek III.....	38
Tabel 5. Biodata Subjek IV.....	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Logo PUSPAGA.....	29
Gambar 2 . Letak Georafis PUSPAGA.....	32
Gambar 3. Struktur Organisasi PUSPAGA	32
Gambar 4. Foto Staf PUSPAGA.....	72
Gambar 5. Wawancara Subjek I Konselor PUSPAGA	72
Gambar 6. Wawancara Subjek II Konselor PUSPAGA	73
Gambar 7. Wawancara Subjek III Kepala PUSPAGA	73
Gambar 8. Wawancara Subjek IV Klien Remaja PUSPAGA	74

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Transkrip Wawancara Informan 1	59
Lampiran II Transkrip Wawancara Informan 1I	62
Lampiran III Transkrip Wawancara Informan III	64
Lampiran IV Transkrip Wawancara Informan 1V	66
Lampiran V Dokumentasi	70
Lampiran VI Surat Izin Penelitian	75