

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA IBU DENGAN ANAK *SCHOOL  
FROM HOME* (SFH) PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI DESA X**

**Skripsi**

Untuk memenuhi sebagian persyaratan  
memperoleh derajat Sarjana Psikologi



Disusun oleh :

**Maya Arrizqina Fauzia**  
**30701700071**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG  
JAWA TENGAH  
2021**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN KESEJAHTERAAN  
PSIKOLOGIS PADA IBU DENGAN ANAK *SCHOOL FROM HOME* (SFH) PADA  
MASA PANDEMI COVID-19 DI DESA X**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

**Maya Arrizqina Fauzia  
30701700071**

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan Penguji guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing



Ruseno Arjanggi, S.Psi, M.A.

Tanggal

11 Februari 2021

Semarang, 11 Februari 2021

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Sultan Agung



**Ruseno Arjanggi, S.Psi., M.A.  
NIK. 210700010**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN KESEJAHTERAAN  
PSIKOLOGIS PADA IBU DENGAN ANAK SCHOOL FROM HOME (SFH) PADA  
MASA PANDEMI COVID-19 DI DESA X**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Maya Arrizqina Fauzia

NIM: 30701700071

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada tanggal 19 Pebruari 2021

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si

2. Erni Agustina Setiowati, S.Psi, M.Psi

3. Ruseno Arjanggi, S.Psi, M.A.

Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 26 Pebruari 2021

Mengetahui

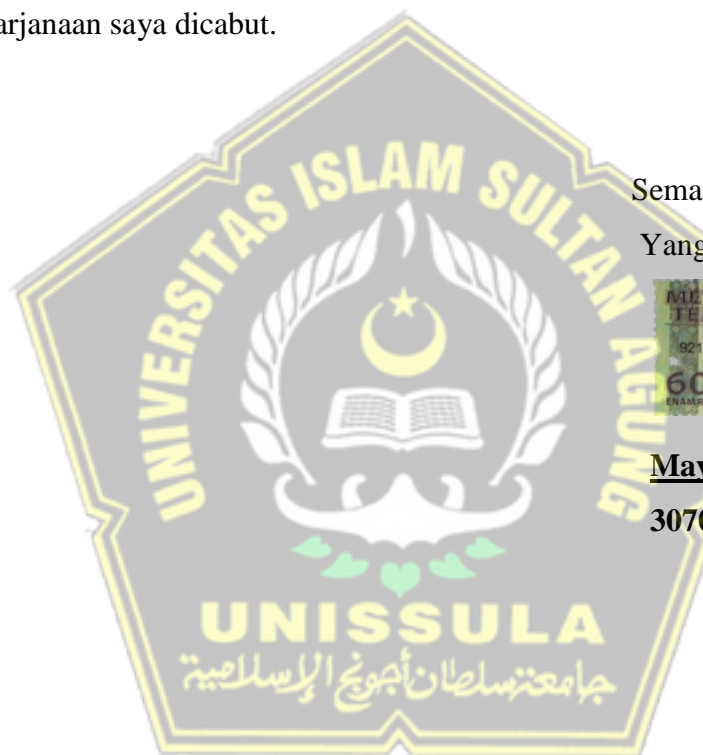
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Sultan Agung

Ruseno Arjanggi, S.Psi., M.A.  
NIK. 210700010

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, Saya Maya Arrizqina Fauzia dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.



Semarang, 26 Februari 2021

Yang menyatakan



**Maya Arrizqina Fauzia**

**30701700071**

## MOTTO

“Dan carilah (pahala) negeri akhirat dengan apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu, tetapi janganlah kamu lupakan bagianmu di dunia dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di bumi. Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang berbuat kerusakan.”

(Q.S Al-Qasas:77)

“Boleh jadi kamu tidak menyenangi sesuatu, padahal itu baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu baik bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.”

(Q.S Al-Baqarah: 216)

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(Q.S Asy-Syarah: 6)

“Bukanlah orang kuat (yang sebenarnya) dengan (selalu mengalahkan lawannya dalam) pergulatan (perkelahian), tetapi tidak lain orang kuat (yang sebenarnya) adalah yang mampu mengendalikan dirinya ketika marah”.

(HR al-Bukhari dan Muslim)

*Dream, believe, and action*

(Penulis)

## PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk :

Ibu dan Ayah yang selalu memberi seluruh tenaga dan pikirannya untukku, yang rela tidak memiliki cukup waktu untuk beristirahat, dan yang menjadi tiang kokoh saat aku nyaris menyerah. Serta untuk kakak dan adik-adikku yang selalu menjadi alasan aku tetap bertahan menyelesaikan segala duri kehidupan yang silih berganti.

Dosen pembimbingku Bapak Ruseno Arjangi, S.Psi., M.A yang dengan penuh kesabaran telah membimbing, memberikan ilmu, pengetahuan, masukan, nasihat serta dukungan dalam menyelesaikan karya ini.



## KATA PENGANTAR

Puji Syukur atas kehadiran Allah SWT atas berkat, rahmat, hidayah, serta ridho-Nya yang diberikan padaku sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad Shallallahu Alaihi Wasallam, semoga kita mendapatkan syafaat dari beliau. Skripsi ini merupakan salah satu tugas akhir untuk syarat mendapatkan gelar sarjana (S1) Psikologi.

Penulis menyadari masih memiliki kekurangan dalam penelitian yang sudah dilakukan, kesulitan dan hambatan selalu ada namun karena Ridho Allah dan bantuan dari berbagai pihak yang terkait, maka penulis mampu melalui dan menyelesaikan skripsi. Penulis dengan rasa hormat dan segala kerendahan hati ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Ruseno Arjanggi, S.Psi., M.A selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang sekaligus dosen pembimbing yang bersedia meluangkan waktu, dan membimbing dengan penuh kesabaran sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.
2. Ibu Anisa Fitriani, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku wali dosen di Fakultas Psikologi yang telah memberikan bimbingan dan segala nasihat selama proses perkuliahan.
3. Seluruh dosen Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan berbagai ilmu dan pengalaman kepada penulis yang sangat bermanfaat.
4. Bapak dan Ibu Staff TU serta perpustakaan Fakultas Psikologi UNISSULA, yang telah memberikan kemudahan dalam mengurus proses administrasi hingga skripsi ini selesai.
5. Ayahku Ahmad Fauzi dan Ibuku Uswatun Hasanah yang selalu mendukung dan tidak pernah berhenti mencurahkan doa dan harapan untuk kesuksesanku, sabar mendidik dan menyayangi, serta menasihati dan menguatkan dalam segala situasi.
6. Kakakku Naida Fauzia Oktaviana dan Mas Yusuf Lukman Hakim yang selalu memberikan dukungan, dan membantuku dalam segala kesulitan.
7. Adik-adikku M. Fajar Hanif Lutfi Hakim dan M. Argani Ananta Humayun yang turut mendoakan kesuksesanku dalam menyelesaikan skripsi.
8. Muhammad Agung Rachmawan yang tidak pernah lelah memberiku motivasi sejak pertama masuk perguruan tinggi sampai saat ini dan menjadi tempat mencurahkan segala keluh kesahku.
9. Mba Ulfie Zaidatul Aulia, Mba Futuhatul Inayah, Mas Syah Jalal Lubis, Mba Selly Wangi, dan Mba Wahidatus Sayyidatis Shufiyah terimakasih untuk semua bantuan

yang diberikan, yang menjadi jawab atas semua pertanyaan tentang skripsi, terimakasih sudah meluangkan waktunya.

10. Teman-teman yang membantuku dalam menyelesaikan skripsi ini Elfida Dysna, Dita Alfianita, Tarikh Akbar Adam Ma'ruf dan Malisa Falasifah.
11. Teman-teman yang selalu ada dan membantuku selama menjalani kuliah, Mutiara Fazirah, Nina Tri, Nagesta Mayke, Ni'mal Muna, dan Nayosi Viny.
12. Teman-teman SMA ku, Richa Asyha, Siti Nichla, Setyaki Kurnia, Bagus Karunia, Devan Habbatal dan Yoan Wisnu atas segala dukungan kalian selama ini.
13. Teman-teman kelas B yang sudah memberikan warna kehidupan selama kuliah, terimakasih atas cerita indah selama mengenyam ilmu bersama.
14. Teman-teman seperbimbinganku, Tika Imaniar, Melyssa, Viola, Amam, Wulan, Fanda, dan Wati yang sudah bahu membahu dalam melaksanakan bimbingan skripsi.
15. Kepala Desa Pucangrejo dan seluruh warga desa Pucangrejo yang memberi izin serta bersedia menjadi subjek penelitian.
16. Seluruh pihak yang telah ikut serta membantu dan memberikan doa maupun dukungan kepada penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Skripsi ini sudah dikerjakan dengan sungguh-sungguh dan serius oleh peneliti, penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, namun penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Semarang, 3 Februari 2021

Penulis