

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP TINGKAT RESILIENSI
PADA KORBAN KEKERASAN SEKSUAL DALAM BERPACARAN**

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:

DEWI MASYITHOH
212303035

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Tingkat Resiliensi Pada Korban
Kekerasan Seksual Dalam Berpacaran**

Diajukan oleh :

DEWI MASYITHOH

212303035

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi(S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal : 28 Juli 2025


Mengesahkan,

Pembimbing,

Ketua Penguji,



(Arini Mifti Jayanti, M.Psi., Psikolog)

NIDN: 0512049201


Putri Pusvitasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog)

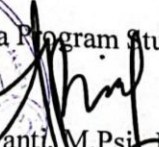
NIDN: 0504079102

Anggota Penguji,


(Arini Mifti Jayanti, M.Psi., Psikolog)

NIDN: 0512049201

Pjs. Ketua Program Studi,


(Arini Mifti Jayanti, M.Psi., Psikolog)

NPP: 2018.13.0132

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Dewi Masyithoh
NPM : 212303035
Program Studi : Psikologi (S-1)
Judul Skripsi : Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Tingkat Resiliensi Pada Korban Kekerasan Seksual Dalam Berpacaran

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Semua referensi dan sumber terkait yang dikutip dalam karya ilmiah ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 28 Juli 2025



Dewi Masyithoh

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah- Nya kepada kita semua. Salam sejahtera senantiasa dilimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menuntun kita menuju jalan kebenaran. Alhamdulillah, penulis telah menyelesaikan skripsi yang berjudul Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Tingkat Resiliensi Pada Korban Kekerasan Seksual Dalam Berpacaran yang disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan kelulusan Sarjana Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Dalam proses penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Orang tua tercinta. Mama Tuminah dan Bapak Imam Nuroviq yang selalu menjadi sumber kekuatan, semangat, doa yang tak pernah putus, dan memberikan dukungan moral maupun materi, serta pengorbanan yang tak ternilai sepanjang perjalanan pendidikan penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Ibu Prof. Dr. rer. net. apt. Triana Hertiani, S.Si., M.Si., selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Bapak Edhy Tri Cahyono, S.E., M.M selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
5. Ibu Arini Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Pjs.Kepala Program Studi Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan Selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa memberikan dukungan dan arahan dalam penyusunan skripsi.
6. Ibu Putri Pusvitasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji yang senantiasa memberikan dukungan serta arahan dalam penyusunan skripsi.

7. Bapak Muh. Erwan Syah, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan dukungan dan arahan diperkuliahan.
8. Wahyu Agustian yang telah mendampingi dan memberikan semangat kepada penulis selama proses penulisan skripsi.
9. Rekan – rekan terdekat penulis Putri Andriani, Fesi Ifriana, Intan Surya, yang memberikan dukungan selama proses penulisan skripsi.
10. Titin Andriani, Annisa P. Zovanka dan Fajar Istiqomah dan rekan lainnya yang membersamai penulis berproses hingga tumbuh dan berkembang dimasa perkuliahan.
11. Keluarga besar Mapala Unjani Yogyakarta, terkhusus angkatan XXII yang telah membersamai penulis tumbuh dan berkembang dimasa perkuliahan.
12. Tentunya peneliti juga ingin berterimakasih untuk diri sendiri yang telah bertahan sejauh ini dalam menyelesaikan skripsi. Terima kasih karena tetap berjuang meski sering merasa lelah, tetap percaya meski sempat ragu, dan tetap melangkah meski jalan tak selalu mudah. Semoga setiap proses, air mata, dan usaha yang telah dilalui ini dapat menjadi pijakan yang berarti, serta membawa manfaat di kemudian hari, baik bagi diri sendiri maupun orang lain.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari segala kekurangan, karena mengingat pengalaman dan pengetahuan penulis yang sangat terbatas. Oleh karena itu, penulis tidak menutup diri dari segala saran dan kritik dari pembaca untuk menyempurnakan tulisan ini.

Semoga skripsi ini dapat berguna kepada pembaca sekalian dan terlebih khusus kepada penulis sendiri.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Yogyakarta, 28 Juli 2025

Penulis,

Dewi Masyithoh

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
RINGKASAN.....	xi
ABSTRACT.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Tujuan Penelitian.....	10
C. Manfaat Penelitian	11
1. Manfaat Teoritis	11
2. Manfaat Praktis	11
D. Keaslian Penelitian	12
1. Keaslian Topik.....	17
2. Keaslian Teori.....	18
3. Keaslian Alat Ukur.....	19
4. Keaslian Subjek Penelitian	19
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	21
A. Landasan Teori	21
1. Tingkat Resiliensi.....	21
b. Aspek – Aspek Resiliensi	22
c. Faktor – Faktor Resiliensi	26
2. Regulasi Emosi.....	28
a. Definisi Regulasi Emosi	28
b. Dimensi – Dimensi Regulasi Emosi.....	30
c. Faktor – Faktor Regulasi Emosi.....	33
B. Dinamika Psikologi	34
C. Hipotesis	41
BAB III METODE PENELITIAN.....	43
A. Identifikasi Variabel Penelitian	43
B. Definisi Operasional	43

1. Tingkat Resiliensi.....	44
2. Regulasi Emosi	44
C. Subjek Penelitian.....	45
D. Metode Pengumpulan Data	46
1. Skala Resiliensi	48
2. Skala Regulasi Emosi	48
D. Metode Analisis Data.....	48
1. Uji Asumsi Klasik	49
3. Uji Beda (Analisis Tambahan).....	53
E. Kredibilitas	53
1. Validitas.....	53
2. Reliabilitas	54
F. Rancangan Penelitian.....	55
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	59
A. Orientasi Kancha dan Persiapan	59
1. Orientasi Kancha	59
2. Persiapan Penelitian	61
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian	66
C. Hasil Penelitian.....	66
1. Deskripsi Responden Penelitian.....	66
2. Deskripsi Data Penelitian.....	72
3. Uji Asumsi Klasik	77
4. Uji Hipotesis	81
5. Uji Beda (Analisis Tambahan).....	85
D. Pembahasan.....	90
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	97
A. Kesimpulan	97
B. Saran	97
1. Saran bagi subjek penelitian	98
2. Saran bagi peneliti selanjutnya.....	98
DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN	105

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kriteria Penilaian.....	47
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Resiliensi	48
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Regulasi Emosi	48
Tabel 4. 1 Blueprint Skala Resiliensi Setelah Uji Coba.....	65
Tabel 4. 2 Blueprint Skala Regulasi Emosi Setelah Uji Coba	65
Tabel 4. 3 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Usia	66
Tabel 4. 4 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	67
Tabel 4. 5 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Domisili	68
Tabel 4. 6 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Bentuk Kekerasan Seksual yang dialami	70
Tabel 4. 7 Deskripsi Data Penelitian	72
Tabel 4. 8 Rumus Norma Kategorisasi	73
Tabel 4. 9 Persentil Kategorisasi Tiap Variabel.....	73
Tabel 4. 10 Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel.....	73
Tabel 4. 11 Hasil Uji Normalitas	77
Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas.....	79
Tabel 4. 13 Hasil Uji Heteroskedastisitas	80
Tabel 4. 14 Hasil Uji F.....	82
Tabel 4. 15 Hasil Uji t (Parsial).....	83
Tabel 4. 16 Uji Koefisien Determinasi (R^2)	84
Tabel 4. 17 Hasil Uji Beda Jenis Kelamin	86
Tabel 4. 18 Hasil Uji Beda Domisili.....	88

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Bagan Kerangka Berpikir.....	41
--	----

UNIVERSITAS PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Resiliensi Uji Coba	106
Lampiran 2 Skala Resiliensi Penelitian	109
Lampiran 3 Skala Regulasi Emosi Uji Coba	112
Lampiran 4 Skala Regulasi Emosi Penelitian	114
Lampiran 5 Blueprint Skala Resiliensi Uji Coba	116
Lampiran 6 Blueprint Skala Resiliensi Penelitian	119
Lampiran 7 Blueprint Skala Regulasi Emosi Uji Coba	122
Lampiran 8 Bluepint Skala Regulasi Emosi Penelitian	124
Lampiran 9 Tabulasi Skala Resiliensi (Uji Coba)	126
Lampiran 10 Tabulasi Skala Resiliensi Penelitian	129
Lampiran 11 Tabulasi Skala Regulasi Emosi (Uji Coba)	139
Lampiran 12 Tabulasi Skala Regulasi Emosi Penelitian	141
Lampiran 13 Tabulasi Dimensi Reappraisal Penelitian	147
Lampiran 14 Tabulasi Dimensi Suppression Penelitian	153
Lampiran 15 Hasil Uji Validitas Indikator Skala Resiliensi	159
Lampiran 16 Hasil Uji Validitas Indikator Skala Regulasi Emosi	165
Lampiran 17 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Resiliensi	168
Lampiran 18 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Regulasi Emosi	174
Lampiran 19 Hasil Uji Reliabilitas Skala Resiliensi	179
Lampiran 20 Hasil Uji Reliabilitas Skala Regulasi Emosi	182
Lampiran 21 Hasil Uji Normalitas	184
Lampiran 22 Hasil Uji Linearitas	186
Lampiran 23 Hasil Uji Heteroskedastisitas	188
Lampiran 24 Hasil Uji F	190
Lampiran 25 Hasil Uji t	192
Lampiran 26 Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2)	194
Lampiran 27 Hasil Uji Beda Jenis Kelamin	196
Lampiran 28 Hasil Uji Beda Domisili	201
Lampiran 29 Jadwal Penelitian	203
Lampiran 30 Lembar Bimbingan Skripsi	205
Lampiran 31 Hasil Cek Plagiarisme	207