

212303035_Dewi

Masyithoh_Pengaruh Regulasi
Emosi Terhadap Tingkat
Resiliensi Pada Korban
Kekerasan Seksual Dalam
Berpacaran

by Dewi Masyithoh

Submission date: 04-Aug-2025 11:16AM (UTC+0700)

Submission ID: 2724960892

File name: Tutnitin_ayee.docx (329.48K)

Word count: 12524

Character count: 84396

**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**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Menurut teori perkembangan Hurlock yang mengungkapkan jika tahapan perkembangan masa remaja dimulai dari usia 12–21 tahun. Masa remaja dianggap sebagai periode transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada tahap ini, individu akan mengalami perubahan fisik, emosional, sosial, dan kognitif yang akan memengaruhi kehidupan mereka di masa depan. Menurut (Ismatuddiyannah, Meganingrum, Putri, & Mahardika 2023) remaja yang telah memenuhi tugas – tugas perkembangannya dianggap telah memiliki kestabilan yang relatif, dan mengalami banyak perubahan yang berpengaruh terhadap karakteristik dirinya dan akan dibawa hingga kehidupan dewasa.

Adapun tugas – tugas perkembangan pada masa remaja meliputi (a) mengelola emosi dan kontrol diri dengan belajar mengatur emosi agar tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial atau lingkungan negatif, (b) mempersiapkan diri untuk masa depan dengan menentukan arah pendidikan dan karier sesuai minat dan kemampuan, (c) mengembangkan moral dan nilai hidup dengan memiliki prinsip dan nilai yang kuat untuk membedakan mana yang benar dan salah.

Seperti yang dijelaskan menurut Teori Erik Erikson – *Identity vs Role Confusion* Jika remaja gagal menemukan identitas diri yang kuat,

mereka akan mengalami kebingungan peran (*role confusion*), yang membuat mereka lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan negatif. Kondisi ini berdampak pada kecenderungan remaja untuk mencoba berbagai perilaku menyimpang, termasuk seks bebas, penyalahgunaan narkoba, atau tindakan kriminal, demi mencari pengakuan dan identitas dalam kelompok tertentu (Hidayah & Huriati, 2016). Hal ini sejalan dengan ⁷⁷ teori perkembangan moral menurut *lawrence kohlberg* – *moral development theory* jika remaja gagal mencapai ⁷⁷ tahap perkembangan moral yang lebih tinggi (*conventional morality* atau *post-conventional morality*), mereka akan sulit memahami konsekuensi moral dari tindakan mereka, hal ini berdampak pada remaja yang cenderung melanggar norma sosial karena hanya mempertimbangkan keuntungan pribadi tanpa melihat dampaknya pada orang lain atau masyarakat (Ibda, 2023).

Rulmuzu (2021) mengungkapkan jika ⁸³ remaja merupakan masa peralihan dari kanak – kanak menuju dewasa yang pada fase ini remaja akan mudah dipengaruhi oleh lingkungan sosial, latar belakang ekonomi, dan pergaulan yang berpengaruh terhadap perkembangan remaja. Sejalan dengan penelitian (Arifin & Sahrazi 2020) yang mengungkapkan jika individu atau remaja akan lebih memilih berpacaran daripada single karena mendapat tekanan dari teman sebaya dan lingkungan sosialnya yang mendorong individu tersebut untuk menjalin hubungan berpacaran sebagai bagian dari proses sosialisasi dan penerimaan dalam kelompok

Remaja yang merasa dirinya belum siap secara emosional dan

finansial untuk menikah akan lebih memilih berpacaran, karena mereka menganggap masih berada dalam tahap pendidikan atau memulai karier. Bagi mereka, pernikahan dianggap sebagai langkah yang terlalu besar dalam tahap kehidupan saat ini (Gazadinda & Pasaribu, 2021). Berpacaran menjadi salah satu aspek yang terjadi pada proses kehidupan remaja sebagai salah satu cara mereka untuk mengeksplorasi diri dan memahami dinamika hubungan interpersonal tanpa komitmen seumur hidup yang dituntut oleh ikatan pernikahan. Selain itu dalam budaya tertentu, berpacaran ¹⁶² dianggap sebagai hal yang wajar dilakukan oleh remaja. Menurut (Maula, 2023) terdapat remaja yang memiliki pandangan negatif terhadap pernikahan dini, dan menganggapnya sebagai hambatan untuk mencapai tujuan pribadi seperti pendidikan dan pengembangan karier. Mereka beranggapan jika melihat pernikahan sebagai suatu komitmen yang memerlukan kesiapan dan kematangan yang pada saat ini belum mereka miliki.

Tidak sedikit pasangan yang terjebak dalam euforia romantika pacaran, tanpa menyadari bahwa di balik keindahannya, hubungan tersebut juga berpotensi menimbulkan pengalaman yang tidak menyenangkan (Ramadhani & Herdiana, 2022). Remaja akan beranggapan jika berpacaran merupakan aktivitas yang menyenangkan, namun dibalik aktivitas menyenangkan tersebut remaja tidak menyadari jika aktivitas tersebut berpotensi munculnya kekerasan dalam hubungan tersebut, kondisi tersebut disebut *toxic relationship* (Putra & Tyas, 2023). Hal ini tentu menyebabkan terjadinya banyak kasus kekerasan dalam berpacaran, berupa kekerasan

dalam bentuk fisik seperti pemukulan, kekerasan psikologis seperti intimidasi dan dalam bentuk seksual seperti pelecehan dan pemerkosaan. Kekerasan dalam bentuk seksual dapat berupa ⁷³ percobaan tindakan seksual, ajakan untuk melakukan tindakan seksual, dan ancaman tindakan seksual yang dilakukan secara paksa tanpa persetujuan korban (Fauzi, Susanto, Mahmudah & Nafilatul, 2022).

Berdasarkan data yang tercatat pada situs resmi ⁹⁶ SIMFONI PPA, jumlah kasus kekerasan seksual di Indonesia pada tahun 2024 mencapai 14.459 kasus. Sementara itu, periode Januari hingga April 2025 menunjukkan angka 2.965 kasus kekerasan seksual yang tercatat. Kasus kekerasan seksual ini menjadi kasus kekerasan tertinggi pada tahun ini dan tahun – tahun sebelumnya dibanding dengan kasus kekerasan lainnya. Fakta lain juga menjelaskan dalam penelitian (Firmansyah, Putra, & Rahmanawati, 2024) yang menyatakan bahwa 21,5% dari responden dalam penelitiannya pernah mengalami kekerasan seksual dalam berpacaran dan pada penelitian (Rini, 2022) terdapat ¹² 76,9% responden pernah mengalami kekerasan seksual dalam berpacaran. Kasus kekerasan seksual dalam berpacaran terjadi dengan berbagai penyebab, yaitu kurangnya pendidikan seksual, dan norma budaya atau pengaruh lingkungan yang memperkuat perilaku tersebut. Salah satu pihak yang menjadi korban kekerasan seksual dalam berpacaran (KDP) cenderung akan terus mempertahankan hubungannya karena dipengaruhi oleh faktor psikologis, non psikologis, sosiologis, termasuk resiko dan manfaat ketika korban menyuarakan

mengenai kondisi yang dialami (Anggraeni, Puspaningsih, Irma, Siti, Soleh, & Alim, 2024).

Berdasarkan sistem hukum Indonesia, hubungan pacaran tidak diatur secara eksplisit seperti pernikahan yang memiliki perlindungan hukum ⁵ dalam UU Perkawinan (UU No. 1 Tahun 1974). Hal ini menyebabkan banyaknya kasus kekerasan dalam pacaran (KDP) yang sulit diproses secara hukum, kecuali jika kasus kekerasan tersebut memenuhi unsur ¹⁵⁶ dalam KUHP (Kitab Undang-Undang Hukum Pidana) atau UU ¹⁶⁶ PKDRT (UU No. 23 Tahun 2004). Hal ini berakibat pada rentannya terjadi kekerasan, baik fisik, emosional, maupun seksual (Taroreh & Bawole, 2023).

Saat ini norma sosial yang berlaku baik secara tertulis maupun tidak semakin longgar atau diabaikan, hal ini didukung dengan mudahnya mendapat informasi secara luas dan mudah mengenai hubungan seksual melalui media digital, serta pendidikan seksual yang lebih terbuka namun tidak dipahami dengan benar konsekuensi atau dampak dari berhubungan seksual secara bebas, lingkungan sosial dan pengaruh teman sebaya, meningkatnya ketersediaan alat kontrasepsi yang mudah didapatkan dan penggunaannya tanpa pengawasan khusus sehingga berkurangnya stigma sosial terhadap seks sebelum menikah. Norma sosial yang semakin longgar berakibat pada pola pikir remaja yang cenderung akan merasa lebih aman dan memiliki kontrol terhadap keputusannya untuk melakukan hubungan seksual secara bebas, dan remaja akan beranggapan jika berhubungan

seksual sebelum menikah bukan lagi hal yang tabu dan melanggar norma, tentunya hal ini akan berdampak pada banyaknya pasangan remaja yang terjebak dalam hubungan berpacaran yang menyimpang dari norma yang ada di masyarakat, agama ataupun hukum (Hanifah, Nurwati & Santoso, 2022).

Korban kekerasan seksual dalam hubungan pacaran biasanya mengalami kondisi psikologis yang kompleks. Kondisi tersebut berpengaruh pada kondisi psikologis korban yang cenderung menyalahkan diri sendiri atas peristiwa kekerasan yang dialami, sehingga menghambat mereka untuk mencari bantuan. Kondisi ini dapat memperparah isolasi sosial yang mereka alami, yang pada akhirnya berdampak pada lambatnya proses pemulihan psikologis (Syahputra & Siregar, 2023). Pada penelitian (Ningsih & Hennyati, 2018) menyebutkan bahwa korban dengan pengalaman kekerasan seksual akan mengalami depresi, ketakutan yang berkepanjangan, mimpi buruk, serta rasa curiga terhadap orang lain, korban sering kali merasa terbatas dalam bersosialisasi dan dalam beberapa kasus korban memiliki keinginan kuat untuk mengakhiri hidupnya. Kondisi psikologis tersebut berpengaruh besar terhadap resiliensi korban. Resiliensi merujuk pada kemampuan individu untuk bangkit dan beradaptasi secara positif dari pengalaman traumatis, atau biasa dikenal dengan istilah resiliensi.

Utami dan Helmi, (2017) menjelaskan bahwa resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan untuk bangkit kembali dari pengalaman negatif, yang

kemudian kemampuan tersebut akan diperkuat atau ditransformasikan oleh tantangan dalam hidup. Seperti yang sudah dijelaskan menurut Connor & Davidson, (2003) ⁹⁰ resiliensi merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi dan bangkit kembali dari pengalaman yang penuh tekanan, trauma, atau kesulitan hidup. Kemampuan beradaptasi tersebut tentunya sangat diperlukan untuk korban kekerasan seksual dalam berpacaran yang mengalami trauma psikologis, terutama diusia ⁹² remaja yang berada pada masa peralihan dari anak – anak ke dewasa dan tahap ini tentunya mempengaruhi kondisi psikologi dalam diri mereka (Kase, Sukiatni, & Kusumandari, 2023). Resiliensi tidak hanya mengacu pada ketahanan mental, melainkan juga mencakup kemampuan untuk mempertahankan fungsi psikologis yang sehat di tengah tekanan. Dalam konteks korban kekerasan seksual dalam berpacaran, resiliensi menjadi penentu sejauh mana individu mampu mengelola dampak negatif dari pengalaman traumatis dan membangun kembali kehidupannya.

Menurut ¹⁴ Reivich dan Shatte (2002) salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah regulasi emosi, yaitu kemampuan seseorang untuk mengelola dan menyesuaikan emosi agar tetap stabil dalam situasi sulit. Namun, kondisi regulasi emosi korban kekerasan seksual dalam berpacaran sering kali dipengaruhi oleh dampak trauma yang mereka alami. Banyak korban yang kesulitan mengelola emosi negatif seperti rasa takut, cemas, atau marah, akibat pengalaman kekerasan tersebut. Beberapa korban memilih untuk menekan emosi mereka, dibanding mengungkapkannya,

sehingga menimbulkan perasaan terisolasi dan kesulitan dalam mencari dukungan. Selain itu, mereka juga mengalami kesulitan dalam menghadapi stres dan trauma, yang mengganggu kemampuan mereka untuk mengatur emosi dengan cara yang sehat. Korban mengalami kesulitan dalam melakukan penilaian ulang emosi sehingga korban kesulitan untuk melihat situasi secara positif atau objektif. Kondisi ini akan menghambat korban dalam mengembangkan regulasi emosi yang sehat dan melanjutkan proses penyembuhan (Harjuna & Rinaldi, 2022).

Terdapat ²⁰ faktor – faktor yang mempengaruhi regulasi emosi yaitu ⁷¹ individu itu sendiri, usia, jenis kelamin, konteks sosial, lokasi, dan sifat kepribadian. Faktor tersebut turut mempengaruhi tingkat resiliensi korban sehingga berperan krusial dalam proses pemulihan korban kekerasan seksual dalam berpacaran (Missasi & Izzati, 2019). Menurut Gross & John (2003) regulasi emosi mencakup kemampuan untuk mengelola respons emosional secara sadar, baik dalam hal intensitas, durasi, maupun ekspresi emosinya. Penelitian (Pusvitasari & Yuliasari, 2021) ¹⁵³ menyatakan bahwa individu dengan kemampuan regulasi emosi yang baik dapat menyeimbangkan sikap dan perilaku emosionalnya, sehingga mampu menjalankan fungsi sosialnya dengan baik. Regulasi emosi yang sehat dapat menekan perilaku maladaptif dan meningkatkan perilaku positif, yang sangat penting untuk proses adaptasi dan peningkatan resiliensi korban kekerasan seksual dalam pacaran (Soehardiman, Scarvanovi, & Sari, 2024).

Penelitian Ramadhani, Yuliadi, dan Saniatuzzulfa, (2023) juga

menekankan pentingnya memiliki kemampuan mengontrol emosi dengan kemampuan beradaptasi dalam permasalahan hidup akan membantu korban kekerasan seksual dalam berpacaran mengelola stres dan kecemasan yang akan mempengaruhi kesehatan mental dan fisik, meningkatkan kualitas hidup dengan mengurangi ¹²⁷ emosi negatif dan meningkatkan emosi positif, mengembangkan hubungan yang sehat dengan orang lain dengan mengelola emosi dengan baik, meningkatkan kemampuan coping dalam menghadapi kesulitan, mengurangi risiko ⁹⁴ gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan stres pasca-trauma, meningkatkan kemampuan membuat keputusan yang lebih baik dengan ⁶⁸ mengelola emosi dengan baik, meningkatkan kemampuan berkomunikasi dengan orang lain dengan ⁶⁸ mengelola emosi dengan baik, dan meningkatkan keseimbangan hidup dengan mengelola emosi kita dengan baik.

Sebaliknya, ²⁰ individu dengan regulasi emosi yang rendah akan kesulitan mengendalikan emosi negatif seperti kemarahan, kecemasan, dan frustrasi. Hal ini tidak hanya meningkatkan kecenderungan terhadap perilaku maladaptif tetapi juga memperberat beban stres yang dialami. Akibatnya, kemampuan berpikir rasional dan mencari solusi menjadi terganggu, sehingga resiliensi individu menurun ditandai dengan kesulitan untuk pulih dari tekanan serta risiko tinggi terhadap gangguan psikologis. Seperti penelitian (Aji & Kristinawati, 2022) menemukan bahwa ¹¹⁰ semakin rendah regulasi emosi, semakin rendah pula tingkat resiliensi. Akibatnya, resiliensi individu juga menurun, ditandai dengan ketidakmampuan untuk

bangkit dari tekanan, lebih mudah menyerah, dan lebih lama pulih dari pengalaman traumatis atau stres yang berat. Dengan demikian, rendahnya kemampuan regulasi emosi menjadi faktor penghambat dalam proses adaptasi yang sehat ketika menghadapi situasi penuh tekanan.

¹⁰⁹ Berdasarkan pemaparan diatas peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh regulasi emosi terhadap tingkat resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam berpacaran, penelitian ini berfokus pada sejauh mana kemampuan individu dalam mengatur emosi dapat berkontribusi terhadap kemampuan beradaptasi mereka pasca mengalami kekerasan seksual dalam hubungan pacaran. Penelitian ini juga membahas tingkat ¹⁶ regulasi emosi yang dimiliki oleh korban, serta bagaimana regulasi emosi tersebut berkaitan dengan kemampuan mereka dalam menghadapi tekanan, trauma, dan kondisi emosional yang sulit. Selain itu, penelitian ini menelusuri apakah terdapat dimensi regulasi emosi tertentu, seperti *reappraisal* atau *suppression*, yang lebih berpengaruh terhadap peningkatan resiliensi. *Reappraisal* merupakan cara pandang terhadap situasi untuk mengurangi dampak emosional negatif, sedangkan *suppression* merupakan cara menahan ekspresi emosi secara lahiriah tanpa mengubah perasaan internal. Namun, pada penelitian – penelitian sebelumnya masih sedikit penelitian yang mengkaji pengaruh antara regulasi emosi dan resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam konteks berpacaran. ⁵⁷

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk membantu korban ataupun pelaku

yang telah melanggar norma sosial dengan melakukan hubungan seksual dalam berpacaran hingga mendapat kekerasan seksual, untuk menyadari perilaku tersebut merupakan perilaku yang tidak dibenarkan. Selain itu, penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji secara empiris serta mengetahui sejauh mana pengaruh regulasi emosi dengan tingkat resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam berpacaran.

C. ¹⁷Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat secara teoritis dalam penelitian ini yaitu memberikan sumbangsih pembaharuan data penelitian dalam bidang ilmu psikologi klinis ini dapat membantu memahami mekanisme psikologis yang terlibat dalam proses pemulihan korban, khususnya pengaruh regulasi emosi dengan tingkat resiliensi korban kekerasan seksual dalam berpacaran.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi ¹⁷Program Studi Psikologi pada Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, hasil penelitian ini dapat berfungsi sebagai bahan pustaka yang sangat berharga ketika menyusun dan menyampaikan modul perkuliahan di bidang psikologi klinis.
- b. Bagi Peneliti ini juga diharapkan dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengaruh regulasi emosi dan tingkat resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam berpacaran. Selain

itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan wawasan baru serta memperkaya pengalaman peneliti dalam menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan beradaptasi individu yang mengalami kekerasan dalam hubungan romantis.

- c. Bagi lembaga perlindungan perempuan dan anak dan lembaga perlindungan saksi dan korban, penelitian ini diharapkan menjadi masukan informasi dan pengetahuan terkait pengaruh regulasi emosi dengan tingkat resiliensi korban kekerasan seksual dalam berpacaran.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian di bidang psikologi telah banyak mengkaji regulasi emosi dan tingkat resiliensi, dengan berbagai perbedaan dalam aspek subjek, metode, lokasi, serta variabel yang digunakan. Keaslian penelitian ini merujuk pada penelitian terdahulu yang memiliki kesamaan tema namun tetap mempertahankan karakteristik uniknya, sehingga memberikan perspektif baru dalam kajian yang ada.

Sebagian besar penelitian terdahulu telah menjadi pijakan utama dalam perumusan kerangka konseptual skripsi ini, yang berfokus pada judul “Pengaruh Regulasi Emosi dengan Tingkat Resiliensi Korban Kekerasan Seksual dalam Berpacaran.” Salah satu studi penting yang dijadikan acuan adalah penelitian oleh Wahyudi, Rini, Rina, dan Prastitis (2023) yang mana penelitian tersebut ditemukan bahwa kesejahteraan psikologis korban pelecehan seksual dipengaruhi oleh berbagai faktor psikososial. Peneliti

mengumpulkan data dari seratus lima puluh perempuan yang pernah mengalami pelecehan seksual di wilayah Surabaya dan kemudian menganalisis sejauh mana tingkat resiliensi dan tingkat dukungan sosial yang mereka terima berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis mereka. Hasil analisis menunjukkan adanya korelasi positif dan signifikan antara kedua variabel tersebut dengan tingkat psychological well-being responden, menegaskan pentingnya kedua konstruk dalam mendukung proses pemulihan psikologis para korban.

Adapun penelitian lain yang dilakukan oleh (Rahmawati, 2023) yang menganalisis posisi perempuan di lingkungan pesantren serta mengeksplorasi bentuk diskriminasi yang mereka alami, khususnya dalam kasus kekerasan seksual oleh pengasuh pesantren. Fokus utama penelitian ini adalah memahami resiliensi santri yang menjadi korban, terutama dalam menghadapi dampak nyata dari perlakuan diskriminatif tersebut. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa beberapa santri menunjukkan tingkat resiliensi yang tinggi, memungkinkan mereka untuk bangkit dan tetap memetik nilai-nilai positif dari pengalaman mereka di pesantren. Namun, ada pula santri yang merespons pengalaman traumatis dengan cara negatif, seperti merokok, mengonsumsi minuman keras, dan perilaku destruktif lainnya.

Penelitian yang dilakukan oleh (Andriani, Afiatin, & Sulistyarini, 2017) berkenaan dengan pelatihan regulasi emosi yang berperan dalam meningkatkan resiliensi pada caregiver individu dengan skizofrenia.

Penelitian ini menguji efektivitas intervensi tersebut menggunakan desain eksperimen *pre-post test control group design* dengan kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Intervensi diberikan dalam tiga sesi selama dua minggu, masing-masing berlangsung 150 hingga 180 menit. Sebanyak 10 *caregiver*, terdiri dari laki-laki dan perempuan berusia 39 hingga 57 tahun, yang berasal dari dua desa di Kecamatan Moyudan, berpartisipasi dalam penelitian ini. Mereka dibagi ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil analisis *t-test* menunjukkan perbedaan skor yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi, yang mengonfirmasi efektivitas pelatihan regulasi emosi dalam meningkatkan resiliensi *caregiver*.

Penelitian oleh Aji dan Kristinawati pada tahun 2022 yang bertujuan untuk mengungkap bagaimana kemampuan karyawan dalam mengenali dan mengelola emosi mereka berkontribusi terhadap ketahanan psikologis saat menghadapi tekanan akibat kebijakan pembatasan aktivitas di DKI Jakarta. Penelitian ini melibatkan empat puluh karyawan PT X yang dipilih dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria usia kerja minimal satu tahun sehingga setiap partisipan memiliki pengalaman yang memadai dalam menyesuaikan diri dengan dinamika pekerjaan sebelum dan selama pandemi. Untuk mengukur regulasi emosi, digunakan skala dengan tujuh belas butir pernyataan yang menilai aspek seperti kesadaran diri, kontrol terhadap respons emosional, dan strategi penyesuaian emosi. Sementara itu, tingkat resiliensi diukur dengan skala yang mencakup lima puluh dua butir pernyataan, menilai variabel seperti optimisme, rasa kompetensi diri, dan

kemampuan mempertahankan fokus di tengah ketidakpastian

Maharani dan Nurcahyo, (2024) melakukan penelitian regulasi emosi yang merupakan aspek penting dalam kinerja atlet dan dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis. Penelitian ini mengkaji delapan studi yang meneliti variabel-variabel terkait regulasi emosi pada atlet. Hasil kajian mengidentifikasi empat variabel yang berkorelasi dengan regulasi emosi, yaitu kepercayaan diri, kecemasan saat menghadapi pertandingan, konsentrasi, dan agresivitas. Selain itu, regulasi emosi juga ditemukan memengaruhi tiga variabel utama, yakni kecemasan prapertandingan, resiliensi, dan pencapaian prestasi atlet.

Penelitian yang dilaksanakan oleh Andriyani dan Sa'adah pada tahun 2024 dengan menerapkan pendekatan tinjauan pustaka sistematis untuk menyusun dan mengevaluasi bukti-bukti empiris mengenai bagaimana strategi pengelolaan emosi memengaruhi ketahanan psikologis remaja

Henrizka dan Suryani, (2023) dalam penelitiannya yaitu resiliensi remaja korban perundungan dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis, termasuk *parent attachment* dan regulasi emosi. Penelitian ini menganalisis pengaruh kedua variabel tersebut terhadap resiliensi remaja dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Pengambilan data dilakukan melalui teknik *purposive sampling*, dengan melibatkan 220 remaja sebagai partisipan.

Penelitian yang dilakukan (Simamora & Lidiawati, 2023) dimana

penelitiannya berkenaan dengan regulasi emosi yang berperan penting dalam meningkatkan resiliensi ibu tunggal, terutama melalui strategi ¹¹⁹ *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh kedua strategi tersebut terhadap resiliensi ibu tunggal dengan menggunakan metode kuantitatif. Pengukuran dilakukan melalui *Emotion Regulation Questionnaire* dan *Connor-Davidson Resilience Scale* yang terdiri dari 25 item.

Setyowati, Satwika dan Dharma, (2022) dalam penelitiannya bahwa ²⁸ hubungan antara regulasi emosi, resiliensi, dan ¹⁴⁰ distres psikologis pada mahasiswa kedokteran merupakan aspek penting dalam kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian ini melibatkan 90 ¹⁴⁰ mahasiswa aktif Program Studi Kedokteran Universitas Sebelas Maret yang dipilih melalui teknik *proportionate stratified random sampling*. Hasil analisis mediasi ⁵⁵ menunjukkan bahwa resiliensi tidak memediasi hubungan antara regulasi emosi dan distres psikologis secara signifikan.

Penelitian yang dilakukan oleh (Janetiana & Wibowo, 2024) dengan menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain korelasi, ² untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan resiliensi pada guru SLB. Partisipan ⁴ dalam penelitian ini sebanyak 90 guru yang dipilih menggunakan teknik sampling.

Berdasarkan kajian tersebut, penelitian sebelumnya yang dapat dijadikan sebagai referensi karena memiliki kesamaan dalam meneliti regulasi emosi dan tingkat resiliensi pada korban kekerasan seksual. Namun,

penelitian ini tetap memiliki perbedaan dan karakteristik tersendiri dibandingkan studi- studi sebelumnya. Dengan demikian, judul penelitian serta fokus pembahasannya tetap orisinal dan valid.

1. Keaslian Topik

Penelitian yang dilakukan oleh Wahyudi et al, (2023) membahas terkait: selanjutnya pada penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati, (2023) membahas efek dari kekerasan seksual terhadap resiliensi korban kekerasan seksual disalahsatu pesantren di daerah Jawa Timur: selanjutnya pada penelitian Andriani dkk. (2017) membahas: selanjutnya pada penelitian Aji dan Kristinawati, (2022) membahas: selanjutnya pada penelitian Maharani dan Nurcahyo, (2024) membahas: selanjutnya pada penelitian Andriyani dan Sa'adah, (2024) membahas: Penelitian Henrizka dan Suryani, (2023). Selanjutnya, penelitian Simamora dan Lidiawati, (2023). Penelitian Setyowati dkk. (2022) meneliti. Sementara itu, penelitian Janetiana dan Wibowo, (2024) mengkaji

2. Keaslian Teori

Menurut penelitian (Megawati, Anwar, & Masturah, 2019) Regulasi emosi dapat memengaruhi perilaku serta pengalaman individu. Umumnya, regulasi ini berfungsi untuk mengurangi atau menghambat perilaku yang tidak diinginkan melalui ekspresi yang lebih terkendali. Selain itu, regulasi emosi juga berperan dalam pembentukan kepribadian seseorang dan menjadi faktor utama yang membedakan

individu satu dengan lainnya.

Penelitian sebelumnya mengacu pada berbagai teori, salah satunya adalah studi yang dilakukan oleh (Azzahra, 2017) mengenai tingkat resiliensi berdasarkan tujuh aspek menurut Reivich dan Shatte, yaitu: (1) Regulasi emosi, (2) Pengendalian impuls, (3) Optimisme, (4) Empati, (5) Kemampuan menganalisis masalah, (6) Efikasi diri, dan (7) Pengembangan aspek positif.

Sedangkan pada penelitian ini Gross dan John (2003) mengenai regulasi emosi yang diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengontrol atau mengekspresikan emosinya dengan baik. Kemudian teori resiliensi dari Connor dan Davidson (2003) yang menjelaskan jika resiliensi merupakan kemampuan beradaptasi dari pengalaman traumatis yang dialami oleh individu tertentu.

3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian terdahulu (Luthfi & Husni, 2020) yang menggunakan skala regulasi emosi yang diadaptasi skala sebelumnya yang dikembangkan oleh Gross dan John (2003). Penelitian sebelumnya telah menggunakan berbagai alat ukur, salah satunya adalah studi yang dilakukan oleh (Prawita & Heriyadi, 2023) yang menggunakan skala resiliensi yang diadaptasi dari skala resiliensi Connor- Davidson. Sedangkan pada penelitian ini, peneliti memodifikasi skala regulasi emosi (Luthfi & Husni, 2020) dan memodifikasi skala resiliensi dari ((Prawita & Heriyadi, 2023).

¹⁷ 4. Keaslian Subjek Penelitian

Penelitian sebelumnya mencakup studi yang telah dilakukan oleh Wahyudi (2023) yang meneliti perempuan di Surabaya yang pernah mengalami pelecehan seksual. Sementara itu, penelitian Rahmawati (2023) berfokus pada ¹²¹ santri di salah satu pondok pesantren di Jawa Timur yang mengalami kekerasan seksual oleh pengasuhnya sendiri. Berdasarkan kajian tersebut, terdapat penelitian sebelumnya yang dapat dijadikan sebagai referensi karena memiliki kesamaan dalam meneliti regulasi emosi dan tingkat resiliensi pada korban kekerasan seksual. Namun, penelitian ini tetap memiliki perbedaan dan karakteristik tersendiri dibandingkan dengan studi- studi sebelumnya. Hal ini menunjukkan jika penelitian yang akan dilakukan fokus pembahasannya tetap orisinal dan valid.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini melibatkan beberapa variabel utama yang menjadi fokus analisis, yaitu:

1. Variabel Tergantung (Y): Tingkat Resiliensi
2. Variabel Bebas (X): Regulasi Emosi

Variabel tergantung pada penelitian ini yaitu tingkat resiliensi yang merujuk pada kemampuan remaja untuk bangkit dari pengalaman traumatis yang dialaminya, dengan mengelola stress dan beradaptasi dengan keadaan tersebut. Jika remaja korban kekerasan seksual mampu meregulasi emosi yang baik maka akan mempengaruhi kemampuan beradaptasi dari situasi sulit yang dialami akibat kekerasan seksual dalam berpacaran yang dialami.

Variabel bebas pada penelitian ini, yaitu Regulasi emosi yang berfungsi sebagai faktor yang mempengaruhi tingkat resiliensi pada remaja yang mengalami kekerasan seksual dalam berpacaran. Regulasi emosi mencakup kemampuan mengontrol dan mengelola emosi yang berperan penting untuk membantu korban mengekspresikan emosinya secara positif dalam menghadapi trauma akibat pengalaman buruk yang dialaminya.

B. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel-variabel dalam penelitian ini disusun berdasarkan teori yang telah dijelaskan pada bagian landasan teori sebelumnya.

1. Tingkat Resiliensi

Tingkat resiliensi merupakan kemampuan individu untuk mengatasi, beradaptasi, dan bangkit kembali dari pengalaman trauma yang diakibatkan oleh kekerasan seksual. Remaja korban kekerasan seksual dalam berpacaran yang memiliki kemampuan beradaptasi peristiwa sulit akan lebih mudah bangkit atau pulih dari pengalaman traumatis yang dialaminya. Resiliensi atau kemampuan beradaptasi tersebut yang merujuk pada kecenderungan remaja korban kekerasan seksual dalam berpacaran untuk menghambat atau menekan emosi yang mereka alami dan lebih mudah untuk mengungkapkan emosi mereka dan menilai ulang atau menginterpretasikan emosi yang mereka alami dalam cara yang lebih positif.

Menggunakan pernyataan skala resiliensi Prawita dan Heriyadi, (2023) yang terdiri dari 25 item yang mencerminkan berbagai aspek resiliensi.

2. Regulasi Emosi

Berdasarkan beberapa pengertian yang telah dijelaskan diatas, maka dapat dikatakan bahwa regulasi emosi merupakan bentuk dari proses yang terjadi selama dalam kehidupan. Regulasi emosi merujuk pada kemampuan remaja korban kekerasan seksual dalam berpacaran untuk meregulasi emosi atau mengontrol emosinya sehingga korban tersebut dapat merespon peristiwa sulit yang dialaminya secara positif. Dalam regulasi emosi, terdapat beberapa dimensi utama yang berperan

penting. Yaitu dimensi *reappraisal* yang membantu korban kekerasan seksual dalam berpacaran menilai kembali pengalaman traumatis nya tersebut dalam bentuk positif, dan dimensi *suppression* untuk menekan emosi tersebut dalam jangka waktu tertentu.

² Skala yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala regulasi emosi Luthfi dan Husni, (2020) pernyataan skala yang berjumlah 8 aitem yang mewakili dimensi regulasi emosi.

C. Subjek Penelitian

Pada penelitian ini, responden yang terlibat harus memenuhi karakteristik ⁶² berikut:

1. Laki – laki atau Perempuan
2. Berusia 12 – 21 tahun
3. Pernah atau sedang dalam kondisi mengalami Kekerasan Seksual Dalam Berpacaran.

Responden penelitian berjumlah 100 korban kekerasan seksual dalam berpacaran Dengan ⁴ pengambilan sampel yang akan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling* yang penentuan respondennya, sesuai dengan karakteristik tertentu sesuai kebutuhan penelitian (Cahya, 2023).

D. Metode Pengumpulan Data ²⁴

Metode pengumpulan data merupakan salah satu tahapan yang sangat krusial dalam setiap penelitian, yang secara langsung berperan

penting dalam menentukan kualitas dan validitas hasil penelitian itu sendiri. Pada penelitian ini, peneliti memilih untuk menggunakan metode pengukuran psikologi, yang memiliki keunggulan dalam mengeksplorasi sikap dan pandangan individu melalui teknik yang terstruktur. Dalam implementasinya, data dikumpulkan dengan cara membagikan lembar pernyataan kepada responden yang telah ditentukan, dan formulir tersebut diakses secara digital melalui platform *Google Form*, yang memungkinkan pengisian dengan mudah dan efisien.

¹⁵ Skala pengukuran yang diterapkan dalam penelitian ini berlandaskan pada skala Likert, yang terkenal dengan kemampuannya untuk ¹⁵² mengukur intensitas sikap atau perasaan seseorang terhadap suatu pernyataan atau objek. ⁵¹ Pilihan jawaban yang disediakan terdiri dari empat kategori, yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), S (Sesuai), dan SS (Sangat Sesuai), yang memungkinkan responden untuk memberikan ¹² respons yang lebih terperinci mengenai sejauh mana mereka setuju atau tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan.

Sebagaimana yang dijelaskan oleh Sugiyono (2019), instrumen penelitian ini dibangun dengan mengacu pada konsep-konsep yang terperinci dan sistematis, dimana aspek-aspek utama yang relevan dengan topik penelitian diidentifikasi dan kemudian dijabarkan dalam bentuk indikator-item yang dapat diukur. Item-item tersebut kemudian dibagi menjadi dua kategori, yakni *favorable* (item-item yang mencerminkan sikap atau perilaku yang positif atau sesuai dengan tujuan penelitian) dan

unfavorable (item-item yang menunjukkan sikap atau perilaku yang bertentangan atau tidak mendukung tujuan penelitian) (Simamora, 2022).

Adapun kriteria penilaian aitem sebagai berikut:

Menurut Sugiyono (2017) ⁹ Skala *likert* dengan 4 kategori jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai) S (Sesuai) SS (Sangat Sesuai) digunakan untuk menghindari kecenderungan netral, responden yang akan memilih jawaban yang lebih tegas, sehingga sikap atau pendapat mereka lebih jelas. Mengurangi bias sosial, tanpa opsi netral responden lebih cenderung memberikan jawaban yang mencerminkan pendapat mereka sebenarnya, bukan sekadar menghindari respons. Meningkatkan validitas data, dengan meminimalkan jawaban ambigu atau "aman," data yang diperoleh lebih akurat dalam menggambarkan kecenderungan sikap atau persepsi. Untuk meningkatkan kejelasan interpretasi hasil penelitian – data yang dihasilkan lebih mudah dianalisis karena distribusi jawaban lebih jelas dibandingkan dengan skala ganjil yang memiliki opsi netral.

¹¹ 1. Skala Resiliensi

Pada penelitian ini, peneliti memodifikasi skala resiliensi yang disusun oleh Prawita dan Heriyadi, (2023) yang diadaptasi dari skala *Connor-Davidson*, yang berjumlah 25 aitem *favorable*.

³⁸ 2. Skala Regulasi Emosi

Pada penelitian ini, peneliti memodifikasi skala regulasi emosi yang disusun Luthfi & Husni, (2020) yang diadaptasi Gross & John

2003, yang berjumlah 8 aitem *favorable*.

B. Metode Analisis Data

Proses analisis data dalam penelitian ini memanfaatkan perangkat lunak SPSS, yang telah terbukti sangat efektif dalam mengelola dan menganalisis data untuk menguji hipotesis yang telah disusun secara mendetail. Fokus utama dalam analisis ini adalah penerapan metode regresi linear sederhana, yang merupakan teknik statistik inferensial yang umum dan sering dipilih dalam berbagai penelitian ilmiah untuk mengeksplorasi hubungan antara satu variabel independen (X) dan satu variabel dependen (Y). Dengan menggunakan teknik ini, peneliti dapat menggali sejauh mana perubahan pada variabel independen dapat mempengaruhi atau memberikan penjelasan atas variasi yang terjadi pada variabel dependen, memberikan wawasan yang lebih dalam tentang dinamika hubungan antara keduanya.

Menurut (Husdi & Dalai, 2023) regresi linear sederhana tidak hanya bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut, tetapi juga memiliki fungsi krusial dalam memprediksi nilai variabel dependen berdasarkan informasi yang diperoleh dari variabel independen, yang pada akhirnya memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan terukur mengenai hubungan kausal yang ada di antara keduanya.

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan menggunakan SPSS untuk memastikan bahwa data yang dianalisis memiliki distribusi normal.

Salah satu metode yang digunakan adalah uji *Kolmogorov-Smirnov*, untuk menentukan apakah nilai residual atau perbedaan antar data mengikuti distribusi normal atau tidak. Interpretasi hasil uji normalitas didasarkan pada nilai signifikansi (*p-value*), di mana data dianggap terdistribusi normal jika nilai signifikansi melebihi tingkat signifikansi yang ditetapkan (Machali, 2019).

b. **Uji linearitas**

Uji ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian. Metode yang digunakan adalah uji *Test for Linearity*. bertujuan untuk mengevaluasi apakah data mengikuti pola linear. Asumsi linearitas terpenuhi dengan membandingkan komponen *linearity* dan *deviation from linearity* pada hasil ANOVA. Hubungan dikatakan linear jika signifikansi *linearity* < 0,05 dan signifikansi *deviation from linearity* > 0,05. (Machali, 2019).

c. **Uji Heterokedastisitas**

Uji heteroskedastisitas menggunakan uji Park Gleyser dengan membandingkan nilai residu absolut untuk setiap variabel independen .membandingkan nilai sisa absolut dengan setiap variabel independen . Apabila hasil hasil uji probabilitas daritingkat signifikansi lebih besar dari $\alpha = 0,05$, maka model tersebut tidak menunjukkan heteroskedastisitas. Uji ini mempunyai tingkat signifikansi lebih besar dari $\alpha = 0,05$, maka model tidak

menunjukkan heteroskedastisitas (Machali, 2019).

2. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini, untuk menguji hipotesis yang berkaitan dengan pengaruh satu variabel independen terhadap satu variabel dependen, digunakan analisis regresi sederhana. Tujuan dari analisis regresi ini adalah untuk mengeksplorasi dan menggambarkan hubungan yang ada antara variabel independen (sebagai prediktor) dan variabel dependen (sebagai kriteria), serta memberikan dasar yang kuat untuk prediksi yang akurat, seperti yang dijelaskan oleh Sugiyono (2019).

a. Uji Simultan (F)

Uji simultan dalam analisis regresi memainkan peran yang sangat penting karena metode ini dirancang untuk menilai pengaruh keseluruhan semua variabel independen terhadap variabel dependen dalam satu kesatuan model (Machali, 2019).

Hasil uji F yang menunjukkan tingkat signifikansi di bawah ambang batas 0,05 mengindikasikan bahwa variabel independen tersebut secara bersama-sama memberikan dampak yang nyata dan berdaya guna dalam menjelaskan variasi pada variabel dependen. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi berada di atas 0,05, hal ini menandakan bahwa pengaruh kolektif variabel independen tidak cukup kuat untuk mempengaruhi variabel dependen secara signifikan, sehingga model tersebut mungkin kurang efektif dalam menangkap dinamika hubungan antar variabel yang diteliti.

b. ³⁰ Uji t (Parsial)

Uji t digunakan digunakan untuk menganalisis pengaruh relatif setiap variabel independen terhadap variabel dependen secara parsial .untuk menganalisis pengaruh relatif setiap variabel independen terhadap variabel dependen secara parsial . Dengan ¹⁵⁴ dengan kata lain ,, tujuan penelitian ini adalah ⁷ untuk menentukan apakah setiap variabel bebas mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap variabel terikat jika diperiksa secara terpisah dalam model regresi .tujuan Tujuan dari penelitian ini ⁸ adalah untuk mengetahui apakah masing-masing variabel bebas mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap variabel terikat .jika diperiksa secara terpisah dalam model regresi. (Machali, 2019). ⁴³ Uji t berguna untuk mengetahui variabel mana saja yang secara parsial benar-benar berpengaruh signifikan, sehingga dapat menjadi dasar dalam pengambilan keputusan mengenai variabel-variabel penting yang perlu diperhatikan. Nilai signifikansi ⁴⁶ (Sig.) < 0,05 menunjukkan bahwa variabel independen tersebut berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen secara parsial.

c. ³⁶ Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk mengukur seberapa besar kemampuan model regresi dalam menjelaskan variasi atau perubahan pada variabel dependen yang disebabkan oleh variabel-variabel independen (Machali, 2019). Koefisien

determinasi menggambarkan proporsi variansi variabel terikat yang dapat dijelaskan oleh model. Nilai R^2 berkisar antara 0 hingga 1, yang biasanya dinyatakan dalam persentase. Semakin besar nilai R^2 , semakin baik kemampuan model dalam menjelaskan variabel dependen. Misalnya, R^2 sebesar 0,60 berarti 60% variasi variabel dependen dapat dijelaskan oleh variabel independen, sedangkan sisanya dipengaruhi faktor lain di luar model.

3. Uji Beda (Analisis Tambahan)

Uji beda digunakan untuk melihat apakah ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata kelompok-kelompok pada variabel yang sama.

a. Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin

Pada uji beda berdasarkan jenis kelamin ini menggunakan uji independen *sample t-test* untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan antara dua kelompok yang tidak saling berhubungan (independen) terhadap variabel yang sama (Machali,2019).

b. Uji Beda Berdasarkan Domisili

Pada uji beda berdasarkan domisili ini menggunakan uji *One-Way ANOVA* digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata dari tiga kelompok (berdasarkan domisili) atau lebih terhadap satu variabel yang sama (Machali,2019).

E. Kredibilitas

1. Validitas

Metode validitas adalah aspek penting dalam penelitian dan pengukuran karena menyangkut kebenaran interpretasi dari hasil pengukuran (Azwar, 2017). Validitas yang tinggi sangat penting untuk memastikan bahwa hasil pengukuran penelitian benar-benar mencerminkan fenomena yang sedang diamati. Validitas menjadi pertimbangan utama dalam mengevaluasi kualitas suatu instrumen pengukuran atau tes, dan memastikan bahwa instrumen tersebut benar-benar dapat menjalankan fungsinya sebagai alat ukur yang akurat. Validitas pada penelitian ini mengacu pada sejauh mana instrumen yang digunakan dapat secara akurat mengukur regulasi emosi dan tingkat resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam berpacaran. Instrumen penelitian diuji validitasnya untuk memastikan bahwa hasil yang diperoleh benar-benar mencerminkan hubungan antara kedua variabel tersebut, sehingga kesimpulan yang diambil dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Analisis validitas isi instrumen regulasi emosi dan resiliensi dalam penelitian ini menggunakan formula Aiken:

$$V = \sum s / (c-1)$$

2. Reliabilitas

Menurut Sugiyono (2019), reliabilitas merujuk pada kemampuan suatu instrumen pengukuran untuk memberikan hasil yang

konsisten dan stabil ketika digunakan berulang kali. Sebuah instrumen dikatakan reliabel jika mampu menghasilkan data yang seragam setiap kali digunakan untuk mengukur objek yang sama. Salah satu pendekatan yang paling sering diterapkan untuk menilai reliabilitas internal adalah teknik *Alpha Cronbach*, terutama pada instrumen yang terdiri dari berbagai item atau pertanyaan. Menurut Azwar (2017), tes dan skala psikologi memerlukan koefisien reliabilitas yang tinggi agar dapat dianggap memuaskan, yaitu minimal 0,80.

F. Rancangan Penelitian

1. Desain Penelitian

Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan asosiatif, yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan secara sistematis berdasarkan kerangka teoritis yang ditetapkan. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang menggunakan pengukuran numerik, di mana seluruh tahap penelitian, proses pengumpulan data, pengolahan data, hingga interpretasi hasil dilakukan menggunakan analisis yang berbasis angka (Sugiyono, 2015).

Dalam penelitian ini, analisis yang dilakukan berfokus untuk melihat pengaruh antara regulasi emosi (X) dan tingkat resiliensi (Y), pengaruh antara dimensi *reappraisal* dan tingkat resiliensi (Y), dan pengaruh antara dimensi *suppression* dan tingkat resiliensi (Y) pada korban kekerasan seksual dalam berpacaran. Dengan desain regresi linear sederhana, yang bertujuan memastikan bahwa data memenuhi asumsi statistik sebelum

dilakukan analisis regresi dan untuk mengetahui apakah regulasi emosi benar-benar berpengaruh terhadap resiliensi dan seberapa besar pengaruhnya.

2. Prosedur Penelitian

a. Persiapan Penelitian

Penelitian dimulai dengan tahap persiapan, tahap persiapan dimulai dari peneliti menetapkan tujuan, menyusun hipotesis, dan mengidentifikasi variabel yang digunakan, yaitu regulasi emosi dan tingkat resiliensi. Pada tahap ini, peneliti memilih alat ukur, seperti skala regulasi emosi yang disusun oleh Luthfi dan Husni, (2020) dan skala resiliensi yang disusun oleh Prawita dan Heriyadi, (2023). Kriteria inklusi partisipan mencakup korban yang pernah atau sedang berada pada kondisi mengalami kekerasan seksual dalam berpacaran, berjenis kelamin laki – laki atau perempuan, dan berusia 12 – 21 tahun. Kemudian Peneliti memastikan partisipan memahami tujuan penelitian dan memberikan persetujuan tertulis untuk berpartisipasi.

b. Tahap Pelaksanaan

Peneliti akan menyebarkan skala menggunakan *google form* kepada partisipan secara online menggunakan platform yang mudah diakses oleh partisipan. Peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, cara mengisi skala, dan

menggarisbawahi pentingnya kerahasiaan serta hak untuk menarik diri kapan saja tanpa konsekuensi. Setelah pengisian skala selesai, peneliti akan mengumpulkan seluruh data yang telah diisi oleh partisipan. Peneliti akan memeriksa apakah data yang dikumpulkan lengkap dan valid. Jika terdapat data yang tidak lengkap atau tidak konsisten, peneliti akan melakukan pengecekan lebih lanjut atau menanyakan kepada partisipan (jika diperlukan).

c. Tahap Pengolaan Data

Dalam penelitian ini, langkah awal setelah pengumpulan data adalah melakukan pemeriksaan awal untuk menyaring data yang tidak lengkap atau tidak valid, serta mengeluarkan data yang tidak memenuhi syarat dari analisis. Data mentah kemudian dianalisis menggunakan aplikasi SPSS for Windows versi 16.0. Tahap pertama analisis dimulai dengan uji normalitas menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* untuk memastikan bahwa data berdistribusi normal. Setelah itu, dilakukan uji linearitas untuk menguji apakah hubungan antara variabel independen (regulasi emosi) dan variabel dependen (resiliensi) bersifat linear, yang merupakan prasyarat dalam regresi linear. Selanjutnya, dilakukan uji heteroskedastisitas untuk memastikan bahwa varians dari residual adalah konstan, sehingga tidak terjadi penyimpangan dalam model regresi.

Jika seluruh uji asumsi klasik terpenuhi, maka analisis dilanjutkan dengan uji regresi linear sederhana. Uji ini digunakan untuk mengukur pengaruh regulasi emosi terhadap tingkat resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam pacaran. Dalam analisis ini dilakukan uji F untuk mengetahui signifikansi model secara keseluruhan, uji t untuk menguji signifikansi pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen secara parsial, serta penghitungan koefisien determinasi (R^2) untuk melihat seberapa besar kontribusi variabel regulasi emosi dalam menjelaskan variasi pada resiliensi.

d. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi ini bertujuan untuk menilai keberhasilan penelitian serta kesesuaian dengan tujuan yang telah ditetapkan. Peneliti akan melakukan evaluasi terhadap hasil analisis, apakah pengaruh yang ditemukan antara regulasi emosi dan tingkat resiliensi sesuai dengan hipotesis yang diajukan. Kemudian hasil penelitian akan di evaluasi dalam konteks literatur yang ada, untuk melihat kesesuaian dengan teori dan penelitian sebelumnya. Peneliti melakukan refleksi terhadap keseluruhan proses penelitian, termasuk kendala-kendala yang ditemui dan cara mengatasinya. Peneliti akan menilai apakah instrumen yang digunakan untuk mengukur regulasi emosi dan tingkat resiliensi telah valid dalam konteks korban kekerasan seksual.

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kacah dan Persiapan

1. Orientasi Kacah

Penelitian ini dilaksanakan di Indonesia, sebuah negara kepulauan yang membentang secara strategis di persimpangan dua benua dan dua samudra. Secara geografis, wilayahnya terletak di antara Benua Asia di bagian utara dan Benua Australia di bagian selatan, serta berada di antara Samudra Hindia di sisi barat dan selatan dan Samudra Pasifik di sisi timur dan utara. Dilihat dari sudut pandang koordinat bumi, Indonesia mencakup area yang luas mulai dari 6 derajat Lintang Utara hingga 11 derajat Lintang Selatan, dan membentang dari 95 derajat Bujur Timur hingga 141 derajat Bujur Timur.

Menurut web resmi *Unicef* Populasi remaja di Indonesia mendekati 46 juta jiwa. Hal ini tentunya berpengaruh terhadap pengetahuan remaja mengenai kekerasan seksual, dimana di Indonesia sendiri masih meremehkan pelecehan dan kekerasan, hal ini masih dianggap tabu oleh masyarakat, dan terdapat lebih dari 90% kasus pemerkosaan tidak dilaporkan karena stigma, rasa malu, dan takut dianggap aib, serta kurangnya pemahaman mengenai prosedur pelaporan (Nurnaningsih, 2023).

Responden penelitian ini terdiri dari remaja yang aktif menggunakan media sosial baik Instagram maupun

TikTok, responden pada penelitian ini di dominasi oleh pengguna tiktok karena penyebaran *Google Form* melalui platform tersebut terbukti memudahkan mereka mendapatkan informasi dengan cepat dan mengakses tautan survei secara langsung, dengan hal ini peneliti memanfaatkan sifat TikTok yang viral dan interaktivitasnya sebagai media sosial berbasis video.

Kekerasan dalam hubungan berpacaran merupakan fenomena yang semakin sering muncul ke permukaan, khususnya di kalangan remaja. Salah satu bentuk kekerasan yang paling mengkhawatirkan adalah ²⁷kekerasan seksual, yang tidak hanya meninggalkan luka fisik, tetapi juga dampak psikologis yang mendalam bagi korbannya. Korban kekerasan seksual dalam relasi pacaran kerap kali menghadapi tekanan sosial, rasa malu, hingga trauma psikologis yang berkepanjangan.

Dalam situasi seperti ini, kemampuan individu untuk bangkit dari pengalaman traumatis menjadi sangat krusial. Kemampuan tersebut dikenal sebagai resiliensi, yakni kapasitas individu untuk bertahan, beradaptasi, bahkan berkembang setelah mengalami tekanan atau kesulitan. Namun, tidak semua korban memiliki tingkat resiliensi yang sama. ²Salah satu faktor yang berperan penting dalam membentuk resiliensi adalah regulasi emosi, yaitu kemampuan individu untuk memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosinya secara adaptif.

Regulasi emosi menjadi sangat penting dalam konteks kekerasan seksual karena korban sering kali mengalami gejolak emosi

yang intens seperti marah, takut, sedih, dan bersalah. Tanpa kemampuan mengatur emosi secara sehat, korban rentan mengalami gangguan psikologis lebih lanjut seperti depresi, kecemasan, atau bahkan kehilangan makna hidup. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji bagaimana regulasi emosi berkontribusi terhadap tingkat resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam hubungan pacaran, guna memahami faktor-faktor yang dapat memperkuat pemulihan psikologis mereka.

2. Persiapan Penelitian

Sebelum melakukan pengumpulan data penelitian, peneliti wajib melaksanakan sejumlah langkah pendahuluan, yaitu :

1 a. Persiapan Administrasi

Persiapan administrasi penelitian ini dimulai dengan pengajuan surat permohonan izin penggunaan skala regulasi emosi yang disusun oleh Luthfi dan Husni, (2020) dan skala resiliensi yang disusun oleh Prawita dan Heriyadi, (2023) melalui email, setelah menerima balasan email yang menyatakan persetujuan jika skala tersebut diperbolehkan untuk digunakan peneliti untuk melanjutkan ke tahapan berikutnya, yaitu pelaksanaan penelitian sesuai dengan rencana yang telah disusun. Kemudian peneliti mencantumkan *Informed Consent* pada *google form* yang akan disebarluaskan melalui instagram dan tiktok tersebut guna menjaga kepercayaan responden

jika jawaban yang responden kirimkan tidak akan disebarluaskan dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian.

b. Tahap Persiapan

Penelitian dimulai dengan tahap persiapan, tahap persiapan dimulai dari peneliti menetapkan tujuan, menyusun hipotesis, dan mengidentifikasi variabel yang digunakan, yaitu regulasi emosi dan tingkat resiliensi. Pada tahap ini, peneliti memilih alat ukur, seperti skala regulasi emosi yang disusun oleh Luthfi dan Husni, (2020) dan skala resiliensi yang disusun oleh Prawita dan Heriyadi, (2023). Kriteria inklusi partisipan mencakup korban yang pernah atau sedang berada pada kondisi mengalami kekerasan seksual dalam berpacaran, berjenis kelamin laki – laki atau perempuan, dan berusia 12 – 21 tahun. Kemudian Peneliti memastikan partisipan memahami tujuan penelitian dan memberikan persetujuan tertulis untuk berpartisipasi.

c. Persiapan Alat Ukur

Pada tahap ini, peneliti mempersiapkan instrumen pengukuran berupa skala yang mencakup variabel – variabel dalam penelitian ini, yakni skala resiliensi dan skala regulasi emosi.

1) Tingkat Resiliensi

Skala resiliensi yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala yang telah dimodifikasi dari skala resiliensi (Prawita & Heriyadi, 2023) dan disesuaikan dengan kriteria

responden pada penelitian ini. Instrumen tersebut terdiri dari 25 aitem dengan 5 aspek. Setiap pernyataan dinilai oleh responden menggunakan empat tingkat pilihan pada Skala Likert, mulai dari pilihan “Sangat Tidak Sesuai” yang diberi nilai paling rendah, yaitu satu, diikuti “Tidak Sesuai” dengan nilai dua, kemudian “Sesuai” dengan nilai tiga, hingga “Sangat Sesuai” yang merepresentasikan tingkat kesesuaian tertinggi dan memperoleh nilai empat.

2). Skala Regulasi Emosi

Skala regulasi emosi yang digunakan pada penelitian ini telah peneliti modifikasi dari skala yang dikembangkan oleh (Luthfi & Husni, 2020) yang disesuaikan dengan kriteria responden pada penelitian ini. Instrumen ini terdiri dari 8 aitem dengan 2 dimensi. Setiap pernyataan dinilai oleh responden menggunakan empat tingkat pilihan pada Skala Likert, mulai dari pilihan “Sangat Tidak Sesuai” yang diberi nilai paling rendah, yaitu satu, diikuti “Tidak Sesuai” dengan nilai dua, kemudian “Sesuai” dengan nilai tiga, hingga “Sangat Sesuai” yang merepresentasikan tingkat kesesuaian tertinggi dan memperoleh nilai empat.

d. Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Sebelum instrumen penelitian digunakan dalam pengumpulan data, peneliti telah melakukan uji coba alat ukur pada

16 Mei 2025 terhadap 33 responden yang sesuai kriteria penelitian untuk memastikan validitas dan reliabilitas dari skala yang akan digunakan. Menurut Sugiyono (2015) jika diperlukan minimal 30 subjek untuk uji coba alat ukur, lalu seluruh data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan SPSS for Windows versi 16 untuk menguji validitas dan reliabilitas.

e. Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala

Setelah melaksanakan rangkaian analisis untuk menguji validitas dan reliabilitas pada kedua instrumen penelitian, diperoleh rangkuman hasil yang menggambarkan derajat keabsahan dan konsistensi alat ukur tersebut sebagai berikut.:

1) Skala Resiliensi

Berdasarkan hasil uji validitas dengan *expert judgement* dari 5 ahli psikologi diketahui jika nilai validitasnya berkisar dari rentang 0,8 sampai 0,85. Kemudian dilakukan analisis uji coba Skala Resiliensi yang didapati bahwa dari 25 butir aitem yang diuji, lima butir aitem yang telah diuji coba yaitu aitem nomor 1,2,5,7 dan 17 gugur karena tidak memenuhi kriteria reliabilitas, kemudian 20 butir aitem lainnya dinyatakan reliabel. Koefisien korelasi item total tiap butir berada pada rentang 0,399 sampai dengan 0,773 dan seluruh instrumen penelitian menunjukkan reliabilitas yang sangat baik dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,905.

2) Skala Regulasi Emosi

Berdasarkan hasil uji validitas dengan *expert judgement* dari 5 ahli psikologi diketahui jika nilai validitasnya berkisar dari ⁵berkisar dari 0,8 sampai 0,85. Lalu berdasarkan hasil uji coba, seluruh butir aitem pada skala regulasi emosi yang berjumlah delapan terbukti memenuhi kriteria reliabilitas tanpa ada butir aitem yang dieliminasi. Koefisien korelasi aitem total tiap butir aitem ¹¹berkisar 0,514 hingga 0,622 dengan nilai Koefisien *Cronbach's alpha* sebesar 0,834 yang menunjukkan jika keseluruhan instrumen memiliki reliabilitas yang baik. Berikut tabel blueprint skala regulasi emosi ²¹setelah uji coba.

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan mengumpulkan data secara daring melalui *Google Form* selama 21 hari, yaitu pada 26 Mei – 16 Juni 2025. Proses penyebaran pengambilan data disebarluaskan melalui sosial media yang mudah dijangkau oleh seluruh responden dari berbagai provinsi yang ada di Indonesia. Setiap responden akan menerima tautan yang berisikan instrumen serta petunjuk pengisian.

Instrumen pada ²¹penelitian ini terdiri dari dua skala pengukuran, yaitu skala regulasi emosi dengan 8 butir pernyataan dan skala resiliensi dengan 20 butir pernyataan. Dengan pemantauan yang cermat pada setiap tahap pengisian, peneliti akhirnya dapat mengumpulkan 210 responden dari berbagai daerah yang ada di Indonesia, yang selanjutnya akan dianalisis

untuk mengungkap pengaruh regulasi emosi terhadap tingkat resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam berpacaran.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Responden Penelitian

Berdasarkan penyebaran *Google Form* melalui media sosial tik-tok dan instagram, peneliti berhasil mengumpulkan 202 responden. Rincian karakteristik dan profil para responden kemudian dirangkum dan disajikan dalam tabel berikut.

Secara umum, dari 202 responden yang terlibat pada penelitian ini di dominasi pada usia 17 – 21 tahun dengan 198 responden atau 98,02% dan usia 12 – 16 tahun sebanyak 4 responden atau 1,98% dari total responden keseluruhan, hal ini menandakan jika responden pada penelitian ini di dominasi pada kategori remaja akhir. Sejalan dengan penelitian (Syukurman, Kamaruddin, Adam, & Mahmud 2022) menemukan bahwa remaja yang berada pada fase akhir (17–21 tahun) rentan terhadap kekerasan seksual karena kombinasi dorongan seksual yang belum terkendali dan pengaruh lingkungan, termasuk norma sosial, budaya, dan kondisi ekonomi.

Responden pada penelitian ini di dominasi dengan korban kekerasan seksual dalam berpacaran dengan jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 162 responden atau 80,20% dan korban kekerasan seksual dalam berpacaran dengan jenis kelamin laki – laki sebanyak 40 responden atau 19,80% dari total keseluruhan, hal ini menandakan jika

korban kekerasan seksual dalam berpacaran di dominasi oleh jenis kelamin perempuan.

Menurut Sulaeman, Putri, Purnamawati, dan Sukmawati (2022) yang mengungkapkan jika perempuan lebih rentan menjadi korban kekerasan seksual karena berbagai faktor struktural dan budaya. Lalu ditemukan bahwa rendahnya kesadaran hukum, budaya patriarki, kondisi ekonomi yang lemah, dan praktik pernikahan dini menjadi faktor utama kekerasan terhadap perempuan hal ini tentunya memperkuat dan meningkatkan kerentanan perempuan terhadap tindakan kekerasan tersebut.

⁴³ Tabel 4.1 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Domisili

No	Provinsi	Jumlah	Persentase
1	Yogyakarta	50	24,75
2	Riau	41	20,3
3	Jawa Barat	17	8,42
4	Jawa Tengah	17	8,42
5	Jawa Timur	12	5,94
6	Jakarta	11	5,45
7	Sumsel	8	3,97
8	Kepulauan Riau	7	3,47
9	NTB	6	2,97
10	Lampung	6	2,97
11	Sumut	5	2,48
12	Sumbar	4	1,98
13	Banten	4	1,98
14	NTT	3	1,49
15	Bengkulu	3	1,49
16	Aceh	2	0,99
17	Sulawesi Selatan	2	0,99
18	Papua	1 ⁷⁵	0,5
19	Bali	1	0,5
20	Kalimantan Timur	1	0,5
21	Kalimantan Barat	1	0,5
	Jumlah	202	100%

Berdasarkan penyebaran data yang dilakukan secara menyeluruh ke berbagai provinsi di Indonesia, terdapat 21 dari total 38 provinsi di Indonesia yang menjadi responden dalam penelitian ini. Dari hasil penyebaran data diperoleh bahwa Provinsi Yogyakarta menempati urutan pertama dengan jumlah 50 responden (24,75%), disusul oleh Provinsi Riau dengan 41 responden (20,30%), kemudian Jawa Barat dan Jawa Tengah masing-masing dengan 17 responden (8,42%). Selanjutnya Jawa Timur dengan 12 responden (5,94%), DKI Jakarta dengan 11 responden (5,45%), Sumatera Selatan dengan 8 responden (3,97%), Kepulauan Riau dengan 7 responden (3,47%), serta Nusa Tenggara Barat (NTB) dan Lampung masing-masing dengan 6 responden (2,97%).

Berikutnya, Sumatera Utara dengan 5 responden (2,48%), Sumatera Barat dan Banten masing-masing dengan 4 responden (1,98%), Nusa Tenggara Timur (NTT) dan Bengkulu masing-masing dengan 3 responden (1,49%), serta Aceh dan Sulawesi Selatan masing-masing dengan 2 responden (0,99%). Adapun provinsi Papua, Bali, Kalimantan Timur, dan Kalimantan Barat, masing-masing menyumbang 1 responden (0,50%).

Berdasarkan data dari 21 provinsi dengan total 202 responden, didapati bahwa mayoritas responden berasal dari Provinsi Yogyakarta (24,75%) dan Riau (20,30%), diikuti oleh Jawa Barat dan Jawa Tengah (8,42%), serta DKI Jakarta (5,45%). Sementara itu, provinsi-provinsi

lainnya, seperti Sumatera Selatan, Jawa Timur, NTB, Kepulauan Riau, hingga Papua, memberikan kontribusi yang lebih kecil terhadap jumlah responden, masing-masing di bawah 4%. Meskipun penelitian ini telah mencakup seluruh wilayah utama Indonesia, yaitu Jawa, Sumatera, Kalimantan, Nusa Tenggara, Sulawesi, Bali, dan Papua, terlihat adanya ketimpangan jumlah responden antar daerah yang cukup signifikan.

Tabel 4. 2 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Bentuk Kekerasan Seksual yang dialami

No	Bentuk Kekerasan	Persentase %
1	Dipaksa berciuman atau berpelukan tanpa persetujuan	18,95%
2	Dipaksa mengirim foto/video pribadi yang bersifat seksual	17,34%
3	Diraba atau disentuh bagian tubuh pribadi secara tidak diinginkan	16,13%
4	Ditekan secara emosional agar melakukan aktivitas seksual (“kalau kamu sayang, kamu mau”)	15,32%
5	Dilecehkan secara seksual melalui pesan teks atau media sosial	11,69%
6	Dipaksa melakukan aktivitas seksual (seperti oral, manual, atau hubungan seksual)	9,68%
7	Dipaksa menonton konten pornografi bersama	6,05%
8	Diancam akan disebarakan foto/video pribadi jika tidak menuruti keinginan seksual	4,84%
Total		100.%

Berdasarkan bentuk-bentuk kekerasan seksual dalam berpacaran yang dicantumkan, didapati bahwa 16,22% responden pernah dipaksa berciuman atau berpelukan tanpa persetujuan. Selanjutnya, 17,69% responden pernah diraba atau disentuh bagian tubuh pribadi secara tidak diinginkan, dan 11,30% responden pernah

dipaksa melakukan aktivitas seksual (seperti oral, manual, atau hubungan seksual).

Selain itu, 12,78% responden pernah dipaksa mengirim foto/video pribadi yang bersifat seksual, sementara 5,41% responden pernah diancam akan disebar foto/video pribadi jika tidak menuruti keinginan pelaku. Sebanyak 10,56% responden pernah dipaksa menonton konten pornografi bersama, 6,39% responden pernah dilecehkan secara seksual melalui pesan teks atau media sosial, dan 19,66% responden pernah ditekan secara emosional dengan alasan “kalau kamu sayang aku, kamu pasti mau”.

Berdasarkan data mengenai bentuk-bentuk kekerasan seksual dalam konteks berpacaran, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden pernah mengalami berbagai bentuk tekanan dan perilaku seksual yang tidak diinginkan. Bentuk kekerasan ini mencakup pemaksaan kontak fisik, seperti pelukan atau ciuman tanpa persetujuan, sentuhan pada bagian tubuh pribadi, hingga tekanan emosional dengan alasan seperti “kalau kamu sayang aku pasti mau”. Selain itu, kekerasan juga terjadi dalam bentuk digital, berupa pemaksaan untuk mengirim foto atau video pribadi yang bersifat seksual, serta ancaman penyebaran materi tersebut jika keinginan pelaku tidak dituruti. Responden juga melaporkan adanya pemaksaan untuk melakukan aktivitas seksual (baik secara oral, manual, maupun hubungan seksual), pemaksaan untuk menonton konten pornografi bersama, dan pelecehan seksual melalui

pesan teks atau media sosial. Temuan ini menunjukkan bahwa kekerasan seksual dalam hubungan berpacaran tidak hanya terjadi secara fisik, tetapi juga secara psikologis dan digital. Temuan ini menegaskan bahwa kekerasan seksual dalam hubungan pacaran bukan hanya berupa kontak fisik langsung, tetapi juga menyangkut dimensi emosional dan digital yang sama-sama berdampak signifikan bagi korban. Hal ini sejalan dengan penelitian (Pranoto & Masruroh, 2021) bahwa kekerasan seksual pada pasangan sering melibatkan kombinasi antara pemaksaan fisik, tekanan emosional, dan pelecehan digital atau verbal. Penelitian fenomenologis ini menekankan bahwa rangkaian perilaku tersebut saling berkaitan dan mencerminkan pola kekerasan yang kompleks yang tidak hanya berdampak secara fisik, tetapi juga meninggalkan luka psikologis yang mendalam.

2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian membantu menjelaskan gambaran umum mengenai hasil penelitian guna mempermudah peneliti dalam

Menurut Sugiyono (2017), pengkategorian hasil pengukuran dilakukan dengan membagi skor total ke dalam beberapa kategori untuk mempermudah interpretasi hasil penelitian. Kategori tersebut biasanya disusun secara ordinal, misalnya rendah, sedang, dan tinggi. Sesuai kategori yang ditentukan peneliti, sehingga peneliti dapat mengetahui distribusi responden pada masing-masing Proses ini dilaksanakan dengan menerapkan rumus sesuai norma sebagai berikut:

Setelah rumus norma kategorisasi ditetapkan, peneliti mengelompokkan seluruh responden ke dalam tiga tingkatan yang ditentukan, sehingga diperoleh hasil pengelompokkan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat resiliensi pada 202 responden, diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 140 orang atau sebesar 69,31%. Sementara itu, sebanyak 29 responden (14,36%) berada pada kategori rendah, dan sebanyak 33 responden (16,31%) berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kemampuan resiliensi yang cukup baik, meskipun terdapat sebagian kecil yang masih berada pada tingkat rendah maupun tinggi. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Sigalingging, Pakpahan, & Laila, 2023) yang melaporkan bahwa mayoritas responden pada penelitiannya memiliki resiliensi pada tingkat sedang.

Pada variabel regulasi emosi, hasil menunjukkan bahwa mayoritas responden juga berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 136 orang (67,32%). Sebanyak 46 responden (22,77%) berada pada kategori rendah, sementara hanya 20 responden (9,90%) yang berada pada kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kemampuan regulasi emosi pada tingkat sedang, dengan kecenderungan jumlah responden yang berada pada kategori rendah lebih besar daripada yang berada pada

kategori tinggi. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian (Meganingtyas & Mufitasari, 2022) di mana 72,47% respondennya memiliki kemampuan regulasi emosi yang berada pada tingkat sedang. Ini menunjukkan bahwa pola regulasi emosi sedang adalah hal yang umum terjadi, bahkan pada kondisi psikologis rentan sekalipun.

Pada dimensi *reappraisal*, diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 155 orang (76,73%). Jumlah responden pada kategori rendah dan tinggi relatif seimbang, yaitu masing-masing sebanyak 23 orang (11,38%) pada kategori rendah, dan 24 orang (11,88%) pada kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan *reappraisal* responden didominasi oleh tingkat sedang, dengan proporsi rendah dan tinggi yang relatif kecil. Hal ini sejalan dengan temuan (Jannah & Pratama, 2024) yang mayoritas respondennya menunjukkan penggunaan *reappraisal* pada level sedang. Ini mendukung kesimpulan bahwa dimensi *reappraisal* merupakan mekanisme umum terjadi pada korban yang memiliki trauma.

Sementara itu, pada dimensi *suppression*, mayoritas responden juga berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 124 orang (61,38%). Sebanyak 38 responden (18,81%) berada pada kategori rendah, sedangkan 40 responden (19,80%) berada pada

kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan *suppression* responden pada umumnya berada pada tingkat sedang, namun proporsi responden pada kategori rendah dan tinggi relatif lebih seimbang dibandingkan dimensi ¹³⁴ lainnya. Hal ini sejalan dengan penelitian (Gunawan & Bintari, 2021) yang melaporkan bahwa kemampuan *suppression* pada respondennya juga berada pada tingkat sedang, dan kemampuan ini berkontribusi cukup baik meskipun tidak seefektif *reappraisal*. Penelitian tersebut mendapati bahwa penggunaan *suppression* umum dan berfungsi sebagai mekanisme adaptif dalam menangani emosi negatif.

Berdasarkan hasil kategorisasi seluruh variabel penelitian, ² diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori sedang, baik pada variabel resiliensi, regulasi emosi, maupun kedua dimensinya, yaitu *reappraisal* dan *suppression*. ¹¹⁴ Hal ini menunjukkan bahwa pada umumnya responden memiliki kemampuan resiliensi, regulasi emosi, serta strategi *reappraisal* dan *suppression* pada tingkat yang cukup baik, meskipun belum mencapai tingkat optimal. Proporsi responden pada kategori rendah dan tinggi relatif lebih kecil dibandingkan kategori sedang, dengan kecenderungan pada regulasi emosi lebih banyak responden berada ⁷⁶ pada kategori rendah dibandingkan tinggi, sedangkan pada *suppression* jumlah responden pada kategori rendah dan tinggi relatif seimbang. Temuan ini mengindikasikan bahwa masih

terdapat peluang pengembangan kemampuan regulasi emosi dan resiliensi ke tingkat ¹⁰³ yang lebih tinggi. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian (Theofani & Herdiana, 2020) bahwa regulasi emosi baik melalui *reappraisal* maupun *suppression* terlihat berperan penting dalam mendukung resiliensi penyintas dalam menghadapi trauma.

3. Uji Asumsi Klasik

¹⁰⁷ Penelitian ini terlebih dahulu melakukan pengujian asumsi klasik yakni uji normalitas, linearitas, dan heteroskedastisitas sebagai prasyarat yang tak terpisahkan sebelum melakukan uji hipotesis. Proses analisis tersebut dilaksanakan dengan bantuan ⁷⁰ SPSS for Windows versi 16.0.

a. Uji Normalitas

Peneliti melakukan uji normalitas untuk memastikan bahwa data yang diperoleh mengikuti pola distribusi normal, sesuai dengan salah satu asumsi penting dalam analisis statistik parametrik. ¹ Uji ini dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 16 melalui metode *Kolmogorov-Smirnov*. Menurut Machali ²⁶ (2019), jika nilai signifikansi (p value) lebih besar dari 0,05, maka data dapat dikatakan terdistribusi normal, yang berarti tidak terdapat perbedaan signifikan antara distribusi data sampel dengan distribusi normal teoritis. Uji normalitas ini penting dilakukan, khususnya dalam analisis regresi, karena normalitas

residual merupakan salah satu syarat untuk validitas model regresi.

Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh nilai signifikansi variabel regulasi emosi dengan resiliensi sebesar 0,200 hal ini dapat dikatakan jika data terdistribusi normal, kemudian dimensi *reappraisal* dengan resiliensi diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,070 hal ini dapat dikatakan jika data tersebut terdistribusi normal, dan dimensi *suppression* dengan resiliensi diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,052 sehingga dapat dikatakan jika data tersebut terdistribusi normal. Berdasarkan uji normalitas tersebut dapat disimpulkan jika seluruh data dikatakan terdistribusi secara normal. Temuan ini sejalan dengan (Mirza, Hutagalung, Silalahi, Petrisely, Elvinawanty, & Hafni (2024) yang menyatakan bahwa data regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa perantauan juga terdistribusi normal sebelum dianalisis menggunakan uji korelasi, dengan hasil korelasi signifikan.

b. Uji Linearitas

Untuk memastikan adanya hubungan linier antara regulasi emosi dan resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam hubungan pacaran, peneliti melakukan uji linearitas dengan menggunakan SPSS versi 16. Hubungan kedua variabel dikatakan linier apabila nilai signifikansi pada bagian *deviation from linearity* lebih besar dari 0,05, yang menunjukkan tidak adanya

penyimpangan signifikan dari pola hubungan linier (Machali, 2019).

Berdasarkan data tabel diatas menunjukkan jika ⁵terdapat hubungan yang linear antara variabel regulasi emosi dengan tingkat resiliensi dilihat dari nilai p untuk *deviation from linearity* sebesar 0,937 ($p < 0,05$), lalu antara dimensi *Reappraisal* dengan tingkat resiliensi menunjukkan jika terdapat ³hubungan yang linear dengan nilai p untuk *deviation from linearity* sebesar 0,742 ($p < 0,05$), dan dimensi *Suppression* dengan tingkat resiliensi ³memiliki hubungan yang linear dengan nilai p untuk *deviation from linearity* sebesar 0,466 ($p < 0,05$).

Data yang diperoleh tersebut menunjukkan jika secara keseluruhan dimensi regulasi emosi ¹¹¹memiliki hubungan yang linear dengan tingkat resiliensi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Aji & Kristinawati, 2022) yang melaporkan korelasi sangat kuat antara regulasi emosi dan resiliensi.

⁹¹c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk mengetahui apakah model regresi ⁷²memenuhi asumsi klasik mengenai konstan atau tidaknya varians dari residual (error). ⁹Tujuan dari uji ini adalah untuk mendeteksi adanya gejala heteroskedastisitas, yaitu kondisi ketika varians residual tidak konstan pada semua tingkat variabel independen. Pelanggaran asumsi ini dapat menyebabkan standar

error dari koefisien regresi menjadi bias, sehingga hasil uji t dan F tidak dapat sepenuhnya diandalkan (Machali, 2019).

¹ Dalam penelitian ini, pengujian heteroskedastisitas dilakukan dengan metode Glejser menggunakan program SPSS versi 16. Interpretasi hasil uji didasarkan pada nilai signifikansi (Sig.) masing-masing variabel independen. ⁶ Jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 ($p > 0,05$), maka dapat disimpulkan tidak terdapat heteroskedastisitas, sedangkan jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($p < 0,05$), maka terdapat indikasi gejala heteroskedastisitas (Machali, 2019).

Berdasarkan hasil pengujian, variabel regulasi emosi menunjukkan ⁷ nilai signifikansi sebesar 1.000 yang berarti tidak terdapat gejala heteroskedastisitas. Kemudian pada dimensi *reappraisal* menunjukkan ⁷ nilai signifikansi sebesar 1.000 yang berarti tidak terdapat gejala heteroskedastisitas dan pada dimensi *suppression* menunjukkan ⁷ nilai signifikansi sebesar 1.000 yang berarti tidak terdapat gejala heteroskedastisitas.

Dapat disimpulkan jika variabel regulasi emosi, dimensi *reappraisal*, dan dimensi *suppression* memiliki nilai signifikansi $>0,05$ sehingga tidak mengalami heteroskedastisitas.

² 4. Uji Hipotesis

Setelah peneliti menyelesaikan uji normalitas dan linearitas untuk memastikan bahwa data memenuhi asumsi-asumsi dasar regresi,

langkah selanjutnya adalah melakukan pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linier. Terdapat tiga hipotesis yang diuji dalam penelitian ini. Hipotesis pertama menguji pengaruh variabel regulasi emosi secara keseluruhan terhadap resiliensi. Hipotesis kedua menguji pengaruh dimensi *reappraisal* terhadap resiliensi, dan hipotesis ketiga menguji pengaruh dimensi *suppression* terhadap resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam pacaran.

Dalam rangka mengevaluasi model regresi yang digunakan dalam penelitian ini, dilakukan serangkaian pengujian statistik yang mencakup penggunaan uji *t* dan uji *F*. Uji *t* diterapkan secara khusus untuk mengidentifikasi dan menilai sejauh mana masing-masing variabel independen memberikan pengaruh terhadap variabel dependen secara terpisah atau parsial. Sementara itu, uji *F* difungsikan untuk mengamati pengaruh gabungan dari seluruh variabel independen secara bersamaan dalam satu kesatuan model regresi, atau yang dikenal dengan pengaruh simultan. Penarikan kesimpulan mengenai signifikansi statistik dari pengaruh tersebut didasarkan pada nilai probabilitas atau signifikansi (*p*) yang lebih kecil dari angka batas yang telah ditetapkan, yaitu 0,05, yang menunjukkan bahwa pengaruh yang diamati bukanlah hasil dari kebetulan semata, melainkan memiliki dasar statistik yang kuat. Sebagai pelengkap, koefisien determinasi yang dilambangkan dengan *R* kuadrat atau R^2 turut digunakan dalam analisis ini untuk memberikan gambaran sejauh mana seluruh variabel bebas yang diteliti

mampu menjelaskan variasi yang terjadi pada tingkat resiliensi individu secara keseluruhan.

Hasil dari ketiga pengujian ini memberikan gambaran menyeluruh mengenai sejauh mana regulasi emosi dan kedua dimensinya

Berdasarkan tabel diatas, menunjukan jika pada variabel regulasi emosi memiliki nilai F sebesar 759.851 dan ⁵⁰signifikansi p -value <0,001 sehingga dapat dikatakan jika variabel regulasi emosi berpengaruh dengan tingkat resiliensi, kemudian pada dimensi *Reappraisal* nilai F sebesar 250.751 dan ⁵⁰signifikansi p -value <0,001 sehingga dapat dikatakan jika dimensi *Reappraisal* berpengaruh dengan tingkat resiliensi, dan dimensi *Suppression* ¹⁵⁸memiliki nilai F sebesar 45,855 dan ³⁷signifikansi p -value <0,001 sehingga dapat dikatakan jika dimensi *Suppression* berpengaruh dengan tingkat resiliensi.

Berdasarkan hasil yang diperoleh H1, H2 dan H3 menunjukkan bahwa masing – masing secara statistik berpengaruh signifikan terhadap resiliensi ($p < .001$). Tetapi besarnya pengaruhnya berbeda-beda, yang terlihat dari nilai F variabel regulasi emosi paling kuat, di ikuti oleh dimensi *reappraisal*, dan terakhir dimensi *suppression*.³⁷ Temuan ini sejalan dengan penelitian (Cahyono & Yudianto, 2023) yang mengonfirmasi bahwa regulasi emosi secara umum memiliki efek besar terhadap resiliensi, dan masing-masing dimensi termasuk

reappraisal dan *suppression* berkontribusi berbeda dalam membangun resiliensi.

Dari tabel diatas diketahui variabel regulasi emosi dengan nilai $t = 27,565$; $p\text{-value} < .001$, sehingga t hitung jauh lebih besar dari t tabel dan $p\text{-value}$ sangat kecil ($< .05$) dengan demikian variabel regulasi emosi berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi, kemudian diketahui dimensi *reappraisal* dengan nilai $t = 15,835$; $p\text{-value} < .001$, yang menunjukkan bahwa t hitung melebihi t tabel dan $p\text{-value}$ sangat kecil ($< .05$) oleh karena itu dimensi *reappraisal* berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi, dan dimensi *suppression* dengan nilai $t = 6,772$; $p\text{-value} < .001$, yang berarti t hitung lebih besar dari t tabel dan $p\text{-value}$ sangat kecil ($< .05$) dengan demikian dimensi *Suppression* berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi.

Berdasarkan hasil yang diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa H1, H2, dan H3 masing – masing berpengaruh positif dan signifikan terhadap tingkat resiliensi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Andriani, Afiatin, & Sulistyarini, 2017) yang menunjukkan regulasi emosi secara signifikan memengaruhi tingkat resiliensi. Dengan demikian, semua hipotesis penelitian dapat diterima.

Dari tabel diatas diketahui jika dari variabel regulasi emosi dengan nilai $R = 0,890$ yang menunjukkan korelasi sangat kuat, sedangkan $R^2 = 0,792$ menunjukkan bahwa 79,2 % variasi resiliensi dapat dijelaskan oleh variabel regulasi emosi memiliki (hubungan sangat baik).

Dengan demikian, semakin baik regulasi emosi yang dimiliki individu, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensinya.

Kemudian dimensi *reappraisal* dengan nilai $R = 0,746$ yang menunjukkan korelasi kuat, dan $R^2 = 0,554$ berarti 55,4% variasi resiliensi dijelaskan oleh dimensi *reappraisal* memiliki (hubungan baik), ini mengindikasikan bahwa kemampuan individu dalam menilai ulang situasi secara positif berperan penting dalam membangun resiliensi.

Lalu dimensi *suppression* memiliki nilai $R = 0,432$ yang menunjukkan korelasi sedang, dengan $R^2 = 0,187$ menyatakan bahwa 18,7% variasi resiliensi dijelaskan oleh dimensi *suppression* memiliki (hubungan cukup). Artinya, meskipun dimensi ini masih berpengaruh, namun tidak sekuat *reappraisal* dalam meningkatkan resiliensi.

Dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi secara keseluruhan memiliki korelasi yang sangat kuat dengan resiliensi, diikuti oleh dimensi *reappraisal* dengan korelasi kuat, dan *suppression* yang memiliki pengaruh sedang. Artinya, semakin baik individu meregulasi emosinya khususnya melalui *reappraisal* semakin tinggi ketahanan psikologisnya. Temuan ini didukung oleh (Bunga, Evanytha, & Akhyar, 2024) yang menemukan hubungan positif dan signifikan antara dimensi *reappraisal* dan dimensi *suppression* dengan resiliensi, dengan dimensi *reappraisal* yang memiliki kontribusi lebih besar dibanding *suppression*.

5. Uji Beda (Analisis Tambahan)

Uji beda digunakan untuk melihat apakah ada perbedaan yang

signifikan antara rata-rata kelompok-kelompok pada variabel yang sama.

a. ⁴² Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin

Pada uji beda berdasarkan jenis kelamin ini ¹⁵ menggunakan uji *independen sample t-test* untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan antara dua kelompok yang tidak saling berhubungan (independen) terhadap variabel yang sama (Machali, 2019). Jika diketahui nilai ³⁹ $\text{Sig.} \leq 0.05$, berarti ada perbedaan signifikan antara kelompok dan jika nilai $\text{Sig.} > 0.05$, berarti tidak ada perbedaan signifikan antara kelompok.

¹⁰ Hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor resiliensi antara responden laki-laki dan perempuan (³⁴ $p = 0.921 > 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan resiliensi korban kekerasan seksual relatif sama ⁵ pada kedua jenis kelamin. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Setiani, Diah, & Widodo, 2023) jika tidak ditemukan ¹³² perbedaan signifikan pada kemampuan resiliensi antara laki-laki dan perempuan.

¹⁶ Berdasarkan hasil uji *independent sample t-test*, diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan pada rata-rata skor regulasi emosi ¹⁴³ antara responden laki-laki dan perempuan ($p = 0.567 > 0.05$). Artinya, kemampuan dalam mengelola emosi serupa ⁵ pada kedua kelompok jenis kelamin. Hal ini sejalan dengan

penelitian (Khaeriah, Minarni, & Saudi, 2023) yang menjelaskan jika tidak ditemukan perbedaan kemampuan regulasi emosi antara laki-laki dan perempuan.

¹⁰ Hasil uji *independent sample t-test* juga menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan pada skor reappraisal antara laki-laki dan perempuan ($p = 0.189 > 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa cara individu memaknai kembali situasi stres relatif sama antara laki-laki dan perempuan. Sejalan dengan temuan (Khaeriah et al., 2023) yang mendukung bahwa tidak ada perbedaan gender dalam kemampuan *reappraisal*.

Terakhir, ¹⁰ hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan pada skor suppression antara laki-laki dan perempuan ($p = 0.374 > 0.05$). Ini berarti kecenderungan untuk menekan emosi tidak berbeda secara signifikan ⁵ pada kedua jenis kelamin. Hal ini sejalan dengan penelitian (Khaeriah et al., 2023) bahwa kecenderungan menekan ekspresi emosi (*suppression*) tidak bervariasi antara laki-laki dan perempuan.

²⁸ Berdasarkan hasil uji *independent sample t-test*, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara responden laki-laki dan perempuan pada keempat variabel resiliensi, regulasi emosi, dimensi *reappraisal*, dan dimensi *suppression*. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan resiliensi,

pengelolaan emosi, pemaknaan ulang terhadap situasi stres (*reappraisal*), serta kecenderungan untuk menekan emosi (*suppression*) relatif sama pada kedua kelompok jenis kelamin. Dengan demikian, jenis kelamin bukan merupakan faktor yang membedakan tingkat resiliensi maupun regulasi emosi pada korban kekerasan seksual dalam penelitian ini.

b. Uji Beda Berdasarkan Domisili

Pada uji beda berdasarkan domisili ini menggunakan uji ²⁵ *One-Way ANOVA* digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata dari tiga kelompok (berdasarkan domisili) atau lebih terhadap satu variabel yang sama (Machali, 2019). Dilihat dari kolom Sig. (*p-value*) di baris “*Between Groups*”, jika nilai $p < 0.05$ artinya ada perbedaan signifikan antar provinsi, namun jika nilai $p > 0.05$ maka tidak ada perbedaan signifikan antar provinsi.

Berdasarkan tabel di atas diketahui jika hasil uji ⁸⁶ *one way ANOVA* menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor resiliensi berdasarkan domisili (provinsi) responden ³⁴ ($p = 0.739 > 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan adaptif korban kekerasan seksual dalam menghadapi trauma relatif serupa di seluruh provinsi. Dengan demikian, faktor domisili tidak memengaruhi tingkat resiliensi responden secara signifikan. Sejalan dengan penelitian (Mazaya, Jenni, Fadilla, & Priliyanti, 2024) yang menjelaskan jika kemampuan resiliensi tiap

provinsi tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan.

Berdasarkan ⁸⁰ hasil uji *one way ANOVA*, diketahui bahwa tidak ada perbedaan signifikan pada rata-rata skor regulasi emosi berdasarkan provinsi domisili responden ($p = 0.946 > 0.05$). Artinya, kemampuan responden dalam mengelola dan mengontrol emosinya saat menghadapi situasi sulit cenderung sama, terlepas dari latar belakang provinsinya.

⁷⁹ Hasil uji *one way ANOVA* juga menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan pada skor *reappraisal* antar responden dari berbagai provinsi ($p = 0.925 > 0.05$). Hal ini mengindikasikan bahwa cara individu dalam memaknai ulang situasi stres tidak berbeda secara signifikan berdasarkan asal domisili mereka.

Terakhir, ²¹ hasil uji *one way ANOVA* menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan pada skor *suppression* antar provinsi domisili responden ($p = 0.790 > 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa kecenderungan untuk menekan atau menyembunyikan emosi yang dirasakan juga relatif serupa pada responden dari berbagai provinsi.

⁶⁴ Berdasarkan hasil uji beda berdasarkan domisili, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada variabel resiliensi, regulasi emosi, dimensi *reappraisal*, maupun dimensi *suppression* berdasarkan domisili (provinsi) responden. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan adaptif, kemampuan

mengelola emosi, cara memaknai ulang situasi, serta kecenderungan menekan emosi korban kekerasan seksual relatif serupa di seluruh provinsi. Dengan demikian, faktor perbedaan latar belakang domisili tidak memengaruhi tingkat resiliensi maupun regulasi emosi responden secara signifikan.

D. Pembahasan

⁹⁵ Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi terhadap tingkat resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam berpacaran. Sebelum melakukan analisis data, ¹ peneliti melakukan uji coba instrumen penelitian untuk mengetahui nilai reliabilitas instrumen penelitian tersebut sebelum digunakan dalam penelitian.

Setelah itu dilakukan ² uji normalitas untuk melihat apakah data terdistribusi normal, lalu uji linearitas untuk melihat korelasi antara variabel dependen dan variabel independen, kemudian uji heteroskedastisitas untuk mengetahui apakah model regresi ⁷² memenuhi asumsi klasik mengenai konstan atau tidaknya varians dari residual (error).

Berdasarkan hasil uji normalitas data dapat dikatakan jika data variabel regulasi emosi, dimensi *reappraisal* dan dimensi *suppression* tersebut terdistribusi normal. Selanjutnya ¹⁵¹ hasil uji linearitas, menyatakan jika terdapat hubungan yang linear tersebut menunjukkan jika secara keseluruhan variabel regulasi emosi dan dimensinya memiliki hubungan yang linear dengan tingkat resiliensi. Lalu hasil uji heteroskedastisitas menunjukkan bahwa variabel regulasi emosi dan dimensinya tidak

mengalami gejala heteroskedastisitas sehingga asumsi klasik pada penelitian ini terpenuhi dan dapat dilanjutkan uji hipotesis dengan menggunakan regresi linear sederhana.

Kekurangan sumber data pada penelitian ini, seperti dalam metode¹²³ pengumpulan data yang dilakukan secara daring melalui *Google Form* dan disebarluaskan lewat media sosial menyebabkan keterbatasan dalam menjangkau seluruh populasi korban kekerasan seksual dalam pacaran secara menyeluruh. Hal ini membuat data yang diperoleh tidak sepenuhnya mewakili berbagai latar belakang responden, sehingga hasil penelitian memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi terhadap populasi yang lebih luas. Selain itu, jumlah aitem pada skala regulasi emosi yang digunakan²⁴ dalam penelitian ini relatif sedikit, yakni hanya terdiri dari delapan aitem dengan dua dimensi utama. Kondisi ini menyebabkan kemungkinan kurang optimalnya instrumen dalam menangkap kompleksitas strategi regulasi emosi secara menyeluruh.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dalam penelitian ini⁸⁷ menunjukkan bahwa regulasi emosi secara keseluruhan berpengaruh positif dan signifikan terhadap tingkat resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam berpacaran. Hal ini ditunjukkan oleh nilai F sebesar 759.851 dengan signifikansi < 0,001,¹²⁶ serta nilai t sebesar 27.565 ($p < 0,001$).¹¹ Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.792 menunjukkan bahwa regulasi emosi mampu menjelaskan 79,2% variasi dalam resiliensi. Dengan kata lain, semakin tinggi kemampuan individu dalam mengelola emosi, maka semakin tinggi pula tingkat

resiliensi yang dimilikinya. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan penelitian yang dilakukan (Cahyono & Yudianto, 2023) yang menunjukkan bahwa regulasi emosi secara signifikan berpengaruh terhadap resiliensi yang memperkuat argumen bahwa kemampuan seseorang dalam mengatur emosinya memiliki peranan besar dalam membentuk ketahanan diri terhadap tekanan atau trauma. Selain itu (Sukmaningpraja & Santhoso, 2016) menjelaskan berdasarkan penelitiannya bahwa regulasi emosi berkontribusi signifikan dan cukup besar terhadap tingkat resiliensi. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan seseorang untuk mengelola, mengontrol, dan menyesuaikan emosinya memainkan peran penting dalam bagaimana dia mampu bangkit dari kesulitan, beradaptasi dengan tekanan, dan tetap bertahan dalam situasi sulit. Kemudian hasil penelitian ini juga didukung berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan (Mirza, Hutagalung, Silalahi, Petrisely, Elvinawanty, & Hafni 2024) bahwa kemampuan mengelola emosi dengan baik misalnya dengan menenangkan diri ketika stres, berpikir lebih positif, menahan diri dari luapan emosi yang merugikan akan lebih mampu bertahan dalam menghadapi tekanan, kemudian akan lebih mudah untuk beradaptasi dengan lingkungan baru. Sebaliknya, jika yang individu kesulitan mengatur emosinya cenderung akan lebih mudah putus asa, menarik diri, atau mengalami stres berat ketika menghadapi masalah.

Kemudian pada dimensi *reappraisal* (penilaian ulang kognitif) juga

menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi dengan nilai F sebesar 250.751 dan t sebesar 15, 835 ($p < 0,001$). Koefisien determinasi R^2 sebesar 0,556 menunjukkan bahwa 55,6% variasi resiliensi dapat dijelaskan oleh kemampuan individu dalam melakukan reinterpretasi terhadap peristiwa negatif. Didukung dengan pada penelitian (Azizah & Pudjiati, 2020) yang menjelaskan bahwa semakin tinggi kemampuan individu dalam mengubah cara pandang terhadap situasi sulit menjadi lebih positif, maka semakin tinggi pula kemampuan untuk bertahan, beradaptasi seseorang di tengah tekanan. *Reappraisal* salah satu pembentuk resiliensi, meskipun bukan satu-satunya. Individu yang terbiasa menggunakan kemampuan ini cenderung lebih mampu mengendalikan emosi negatif, menjaga komunikasi yang baik, serta mengurangi konflik, sehingga lebih tangguh dalam menghadapi masalah. Kemudian penelitian lain yang juga mendukung hasil penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan (Bintamur, 2023) bahwa *reappraisal* tidak hanya kemampuan regulasi emosi yang sehat, tetapi juga salah satu mekanisme penting yang mendasari kemampuan seseorang untuk bangkit dan tetap tangguh dalam menghadapi kesulitan hidup (resiliensi). Individu yang mampu melakukan penilaian ulang atau *reappraisal* dengan baik akan lebih siap menghadapi stres, tekanan sosial, maupun masalah pribadi, karena mereka bisa melihat sisi positif atau netral dari situasi sulit, yang kemudian memperkuat resiliensi mereka. Penelitian (Bintamur, 2023) juga menjelaskan bahwa kemampuan individu untuk menilai ulang suatu situasi secara positif berperan penting untuk korban melihat pengalaman

traumatis dari sudut pandang yang lebih adaptif, seperti memaknainya sebagai pelajaran hidup atau peluang pertumbuhan, sehingga hal tersebut akan meningkatkan kemampuan beradaptasi dalam diri korban.

Sementara itu, dimensi *suppression* (penekanan ekspresi emosi) juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi, meskipun kontribusinya lebih rendah dibandingkan *reappraisal*. Hal ini ditunjukkan oleh nilai F sebesar 45.855 dan t sebesar 6.772 ($p < 0,001$), serta nilai R^2 sebesar 0,187. Ini berarti hanya 18,7% variasi resiliensi yang dapat dijelaskan oleh kemampuan individu dalam menahan atau menyembunyikan ekspresi emosinya. Sejalan dengan penelitian (Bunga, Evanytha, & Akhyar, 2024) menemukan bahwa dimensi *suppression* juga memiliki hubungan positif yang signifikan dengan resiliensi. Meskipun pengaruhnya tidak sebesar dimensi *reappraisal*, namun dimensi *suppression* tetap dapat menjadi mekanisme yang membantu individu menahan ekspresi emosi dalam menghadapi tekanan dan dimensi ini hanya membantu individu menahan emosi negatif dalam jangka pendek, efektivitasnya terhadap penguatan resiliensi tidak sekuat *reappraisal*, yang lebih bersifat konstruktif dan adaptif dalam jangka panjang.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi, terutama dimensi *reappraisal*, memainkan peran penting dalam membangun resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam berpacaran. Kemampuan untuk mengelola dan menginterpretasi emosi secara adaptif dapat menjadi salah satu kunci dalam proses pemulihan psikologis

pascatrauma.

Sebagai analisis tambahan, penelitian ini juga melakukan uji beda untuk melihat apakah terdapat perbedaan tingkat resiliensi, regulasi emosi, *reappraisal*, dan *suppression* berdasarkan karakteristik demografis responden, yaitu jenis kelamin dan domisili. Hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan antara laki-laki dan perempuan pada keempat variabel tersebut. Demikian pula hasil uji *one way ANOVA* menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan antarprovinsi pada semua variabel. Dengan demikian, hasil analisis tambahan ini menunjukkan bahwa baik jenis kelamin maupun domisili tidak memengaruhi perbedaan tingkat resiliensi, kemampuan mengelola emosi, cara memaknai ulang situasi sulit, maupun kecenderungan menekan emosi pada korban kekerasan seksual dalam berpacaran. Hal ini mengindikasikan bahwa kemampuan-kemampuan tersebut relatif merata di berbagai kelompok responden tanpa dipengaruhi oleh perbedaan latar belakang demografis. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Clarista & Puspitasari, 2023) bahwa kemampuan regulasi emosi dan resiliensi bersifat umum dan tidak berbeda berdasarkan demografis selaras dengan hasil uji beda yang tidak menemukan perbedaan signifikan antar jenis kelamin maupun domisili.

Meskipun peneliti telah berupaya melaksanakan penelitian ini dengan maksimal, namun masih terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Salah satu keterbatasannya terletak pada karakteristik

partisipan yang tidak merata, khususnya dalam hal domisili, usia, dan jenis kelamin. Penelitian ini didominasi oleh remaja akhir berjenis kelamin perempuan dan mayoritas berasal dari daerah tertentu, sehingga hasil penelitian belum sepenuhnya merepresentasikan populasi korban kekerasan seksual dalam pacaran secara luas. Hal ini dapat memengaruhi generalisasi temuan dan interpretasi hasil penelitian secara menyeluruh.

Selain itu pada skala regulasi emosi, jumlah aitem yang digunakan relatif sedikit. Hal ini dapat memengaruhi keakuratan dalam merepresentasikan kemampuan regulasi emosi responden secara utuh. Oleh karena itu, peneliti menyarankan untuk menambah atau memodifikasi aitem pada skala regulasi emosi tersebut apabila alat ukur ini hendak digunakan dalam penelitian selanjutnya, agar mampu menggambarkan keragaman strategi regulasi emosi secara lebih komprehensif.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan data hasil penelitian yang telah diperoleh, disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara regulasi emosi terhadap resiliensi dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,792 yang berarti regulasi emosi memberikan pengaruh sebesar 79,2% terhadap resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam pacaran. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan individu dalam meregulasi emosinya, maka semakin tinggi tingkat resiliensinya. Namun, ketika dianalisis berdasarkan dimensi regulasi emosi, yaitu *reappraisal* (penilaian ulang kognitif) dan *suppression* (penekanan ekspresi emosi), ditemukan bahwa dimensi *reappraisal* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 dan nilai R^2 sebesar 0,556 atau 55,6%. Hal ini menunjukkan bahwa individu yang mampu menilai ulang situasi secara positif cenderung memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi dalam menghadapi pengalaman traumatis. Sementara itu, dimensi *suppression* memiliki pengaruh terhadap resiliensi, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 dan R^2 sebesar 0,187 atau 18,7, meskipun pengaruhnya lebih rendah dibandingkan *reappraisal*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Saran bagi subjek penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi, khususnya dimensi *reappraisal*, berperan dalam meningkatkan resiliensi pada korban kekerasan seksual

dalam berpacaran. Oleh karena itu, pihak-pihak yang terlibat dalam pendampingan korban, seperti lembaga konseling, psikolog, atau organisasi layanan perlindungan perempuan, disarankan untuk mengembangkan program intervensi psikologis yang dapat membantu korban untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi, khususnya strategi reappraisal yang adaptif.

2. Saran bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan riset lanjutan dengan melibatkan variabel lain yang juga berpotensi memengaruhi resiliensi, seperti dukungan sosial atau kepercayaan diri. Penyebaran data melalui berbagai media sosial secara merata agar menjangkau seluruh responden penelitian. Selain itu, peneliti disarankan untuk memperluas jumlah sampel dan melibatkan metode kualitatif agar diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman emosional korban. Jika menggunakan skala yang sama, disarankan untuk mengadaptasi alat ukur sesuai konteks target populasi agar hasil yang diperoleh semakin akurat dan relevan.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

212303035_Dewi Masyithoh_Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Tingkat Resiliensi Pada Korban Kekerasan Seksual Dalam Berpacaran

ORIGINALITY REPORT

24% SIMILARITY INDEX	22% INTERNET SOURCES	12% PUBLICATIONS	10% STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	----------------------------	------------------------------

PRIMARY SOURCES

1	docplayer.info Internet Source	1%
2	dspace.uii.ac.id Internet Source	1%
3	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper	1%
4	www.researchgate.net Internet Source	1%
5	123dok.com Internet Source	1%
6	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	1%
7	Submitted to Universitas Putera Batam Student Paper	<1%
8	text-id.123dok.com Internet Source	<1%
9	eprints.uny.ac.id Internet Source	<1%
10	journal.politeknikbosowa.ac.id Internet Source	<1%
11	repository.radenintan.ac.id Internet Source	<1%

12	repository.usd.ac.id Internet Source	<1 %
13	id.123dok.com Internet Source	<1 %
14	jurnal.umk.ac.id Internet Source	<1 %
15	jurnal.untan.ac.id Internet Source	<1 %
16	core.ac.uk Internet Source	<1 %
17	repository.unjaya.ac.id Internet Source	<1 %
18	lib.ui.ac.id Internet Source	<1 %
19	Submitted to Universitas Islam Indonesia Student Paper	<1 %
20	digilib.uin-suka.ac.id Internet Source	<1 %
21	es.scribd.com Internet Source	<1 %
22	www.scribd.com Internet Source	<1 %
23	Submitted to esap Student Paper	<1 %
24	repositori.usu.ac.id Internet Source	<1 %
25	ebizmark.id Internet Source	<1 %
26	www.jurnalprisanicendekia.com Internet Source	<1 %

27	Submitted to Universitas Sanata Dharma Student Paper	<1 %
28	garuda.kemdikbud.go.id Internet Source	<1 %
29	pt.scribd.com Internet Source	<1 %
30	Khalida Zia Zuriana, M. Chaerul Rizky, Salsa Nabila, Sherly Anesha Br. Ginting, Yusril Bachtiar Arief. "Strategies of Micro, Small, and Medium Enterprises in Traditional Culinary Innovation in the 4.0 Era", Indonesian Journal of Innovation Studies, 2025 Publication	<1 %
31	Submitted to iGroup Student Paper	<1 %
32	Inne Pusvitasari, Hartati Bahar, Citra Marhan. "Regulasi Emosi dan Kecenderungan Post Power Syndrome", Jurnal Sublimapsi, 2021 Publication	<1 %
33	Submitted to Universitas Andalas Student Paper	<1 %
34	library.unmas.ac.id Internet Source	<1 %
35	eprints.umm.ac.id Internet Source	<1 %
36	kc.umn.ac.id Internet Source	<1 %
37	Istiqamah Matdoan, William George M Louhenapessy, Geradin Rehatta. "The Influence of Product Quality and Price on Purchasing Decisions at Indogrosir Shopping	<1 %

Center in Ambon", JENDELA PENGETAHUAN, 2025

Publication

38	eprints.walisongo.ac.id Internet Source	<1 %
39	ejournal.unsri.ac.id Internet Source	<1 %
40	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	<1 %
41	Submitted to Universitas Islam Riau Student Paper	<1 %
42	jurnal.intekom.id Internet Source	<1 %
43	repository.ub.ac.id Internet Source	<1 %
44	Puput Nofia Rahma, Rida Yanna Primanita. "Hubungan Self Efficacy dengan Hardiness pada Pedagang Kaki Lima di Kota Bukittinggi", YASIN, 2025 Publication	<1 %
45	Submitted to Universitas Negeri Padang Student Paper	<1 %
46	repositori.uin-alauddin.ac.id Internet Source	<1 %
47	repository.ipb.ac.id Internet Source	<1 %
48	santinorice.com Internet Source	<1 %
49	www.pustakabelajar.com Internet Source	<1 %

ejournal.undip.ac.id

50	Internet Source	<1 %
51	journals2.ums.ac.id Internet Source	<1 %
52	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	<1 %
53	Submitted to lain Palopo Student Paper	<1 %
54	Devia Putri Ramadhani, Ike Herdiana. "Hubungan Kekerasan dalam Pacaran dengan Self-esteem pada Korban Wanita Dewasa Awal", Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), 2022 Publication	<1 %
55	media.neliti.com Internet Source	<1 %
56	ocs.unud.ac.id Internet Source	<1 %
57	repository.unika.ac.id Internet Source	<1 %
58	Submitted to Universitas Pertamina Student Paper	<1 %
59	konsultasiskripsi.com Internet Source	<1 %
60	repository.uinsaizu.ac.id Internet Source	<1 %
61	Submitted to Clayton College & State University Student Paper	<1 %
62	Submitted to Universitas Negeri Semarang Student Paper	<1 %

63	repository.ut.ac.id Internet Source	<1 %
64	Submitted to Universitas Bunda Mulia Student Paper	<1 %
65	Submitted to Universitas Islam Syekh-Yusuf Tangerang Student Paper	<1 %
66	Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya Student Paper	<1 %
67	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	<1 %
68	doku.pub Internet Source	<1 %
69	pusbindiklatren.bappenas.go.id Internet Source	<1 %
70	repository.uksw.edu Internet Source	<1 %
71	Erza Agistara Azizah, Wiwin Hendriani. "Efektivitas Penggunaan Strategi Regulasi Emosi Ditinjau Dari Perbedaan Gender", Psychopolytan : Jurnal Psikologi, 2023 Publication	<1 %
72	Fatsal Nur Jati Sekar, Indra Pratama, Mohammad Najib, Fajar Al Rahmatulloh, Rafiqi Bagus Apriyanto, Zulfiqar Zaid. "Pengaruh Kepemimpinan dan Kompensasi terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Perusahaan di Kabupaten Karanganyar", RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 2025 Publication	<1 %

73 Mutia Hafizah, Netrawati Netrawati, Yeni Karneli. "Pencegahan Kekerasan Seksual Pada Peserta Didik Di Indonesia dengan Pendekatan Eksistensial: Systematic Literature Review", Innovative: Journal Of Social Science Research, 2024
Publication <1 %

74 Submitted to STIE Mahardhika
Student Paper <1 %

75 Submitted to Universitas Negeri Jakarta
Student Paper <1 %

76 Submitted to Universitas Negeri Malang
Student Paper <1 %

77 bagawanabiyasa.wordpress.com
Internet Source <1 %

78 bookdown.org
Internet Source <1 %

79 ejournal.uki.ac.id
Internet Source <1 %

80 eprints.perbanas.ac.id
Internet Source <1 %

81 openlibrarypublications.telkomuniversity.ac.id
Internet Source <1 %

82 ppsmm.uniki.ac.id
Internet Source <1 %

83 repository.iainpurwokerto.ac.id
Internet Source <1 %

84 repository.uinjkt.ac.id
Internet Source <1 %

85 vdocuments.mx
Internet Source

<1 %

86

www.journal.uad.ac.id

Internet Source

<1 %

87

Atikah Febriyanti, Amalia Juniary. "REGULASI EMOSI DAN PEMAAFAN PADA DEWASA AWAL KORBAN PERSELINGKUHAN", Psychology Journal of Mental Health, 2020

Publication

<1 %

88

Dini Nurika. "Pengaruh Financial Technology, Literasi Keuangan, dan Gaya Hidup Terhadap Perilaku Keuangan", JIBEMA: Jurnal Ilmu Bisnis, Ekonomi, Manajemen, dan Akuntansi, 2025

Publication

<1 %

89

Rizki Maulana Andriansyah, Dimas Galih Saputra, Rifki Karta Surya. "Pengaruh Kinerja Keuangan Bank Dalam Kualitas Aset, dan Efisiensi Operasional Terhadap Profitabilitas", RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 2025

Publication

<1 %

90

Submitted to Universitas Diponegoro

Student Paper

<1 %

91

etd.uinsyahada.ac.id

Internet Source

<1 %

92

repository.mercubuana.ac.id

Internet Source

<1 %

93

tiptiktak.com

Internet Source

<1 %

94

69informasi.blogspot.com

Internet Source

<1 %

95 Andris Noya, Erlin Kiriwenno, Elpira Asmin. "KEMAMPUAN REGULASI EMOSI PADA PEREMPUAN PENDERITA HIV/AIDS DI KABUPATEN MALUKU TENGGARA", Molucca Medica, 2020
Publication

<1 %

96 Devi Ilona Afiani, Suprihatin. "Wacana Pelecehan Seksual Korban Laki-Laki pada Film Dear David", DIGICOM : Jurnal Komunikasi dan Media, 2024
Publication

<1 %

97 Egi Mulyadi, Wati Jumaiyah, Ninik Yunitri. "Penerapan Evidence Based Practice Efektivitas Health Education dalam Self Care pada Pasien dengan Heart Failure di RSPAD Gatot Soebroto Jakarta", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2024
Publication

<1 %

98 Sindi Mergina, Endang Widyorini, Maria Yang Roswita. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dan Parental Bonding terhadap Dark Triad of Personality Pada Remaja", GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling, 2023
Publication

<1 %

99 Valentino Paongan, Mira Labi Bandhaso, Djusniati Rasinan. "Peran Kompensasi Untuk Meningkatkan Kinerja Karyawan Pada PT. Sumber Gratia Mandiri Di Makassar", JEMSI (Jurnal Ekonomi, Manajemen, dan Akuntansi), 2024
Publication

<1 %

100 Vini Annesia Aflaha. "Pengaruh Literasi Keuangan, Pembelajaran Keuangan, dan

<1 %

Media Sosial Terhadap Perilaku Keuangan Gen Z", RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 2025

Publication

101	digilib.uinsa.ac.id Internet Source	<1 %
102	e-journal.uajy.ac.id Internet Source	<1 %
103	ejournal.umm.ac.id Internet Source	<1 %
104	ejournal.upi.edu Internet Source	<1 %
105	eprints.binadarma.ac.id Internet Source	<1 %
106	journal.ipb.ac.id Internet Source	<1 %
107	jurnalprodi.idu.ac.id Internet Source	<1 %
108	pdfs.semanticscholar.org Internet Source	<1 %
109	repositori.umsu.ac.id Internet Source	<1 %
110	Arif Dwi Cahyono. "Meta Analisis Regulasi Emosi Dalam Meningkatkan Resiliensi", Jurnal Sublimapsi, 2023 Publication	<1 %
111	Irwan Abdullah. "Hubungan Kecerdasan Emosional dan Motivasi Mengajar dengan Kinerja Guru IPS SMP di Provinsi Maluku Utara", Jurnal Ilmu Pendidikan (JIP) STKIP Kusuma Negara, 2021 Publication	<1 %

112 Laurensia, Murwani Eko Astuti. "PERAN EXPERIENCE QUALITY DAN CUSTOMER PERCEIVED-VALUE TERHADAP CUSTOMER SATISFACTION DAN CUSTOMER LOYALTY: STUDI PADA OUTDOOR CAFÉ DI YOGYAKARTA", Jurnal Akuntansi dan Manajemen Bisnis, 2024
Publication

113 [adoc.pub](#)
Internet Source <1 %

114 [aulad.org](#)
Internet Source <1 %

115 [download.garuda.ristekdikti.go.id](#)
Internet Source <1 %

116 [e-journal.urecol.org](#)
Internet Source <1 %

117 [ejournal.upnvj.ac.id](#)
Internet Source <1 %

118 [ffcrystalesia.com](#)
Internet Source <1 %

119 [journal.unnes.ac.id](#)
Internet Source <1 %

120 [jurnal.unpand.ac.id](#)
Internet Source <1 %

121 [lathifahs52892.blogspot.com](#)
Internet Source <1 %

122 [lib.unnes.ac.id](#)
Internet Source <1 %

123 [repo-mhs.ulm.ac.id](#)
Internet Source <1 %

124	repo.undiksha.ac.id Internet Source	<1 %
125	repository.ar-raniry.ac.id Internet Source	<1 %
126	repository.eka-prasetya.ac.id Internet Source	<1 %
127	repository.unair.ac.id Internet Source	<1 %
128	semnasmipa2017.walisongo.ac.id Internet Source	<1 %
129	simdos.unud.ac.id Internet Source	<1 %
130	www.slideshare.net Internet Source	<1 %
131	www.trijurnal.lemlit.trisakti.ac.id Internet Source	<1 %
132	A Fahmy Arif Tsani, Alifia Evitarani, Fillah Fithra Dieny, Ida Kristiana. "Laki-laki memiliki tingkat satiety (fullness) lebih rendah setelah diberikan diet tinggi protein", <i>AcTion: Aceh Nutrition Journal</i> , 2020 Publication	<1 %
133	Ardhi Khairi. "Pengaruh Pengetahuan Non Formal, Pendapatan, dan Pengalaman terhadap Minat Pengembangan Bisnis Ternak", <i>Management and Sustainable Development Journal</i> , 2021 Publication	<1 %
134	Hasmar Fajriana, Fathur Rahman Ma'rifatullah. "Kandungan Gizi Tepung Ikan	<1 %

Penja pada Berbagai Metode Pengeringan",
JURNAL NUTRISIA, 2020

Publication

135 Marizha Dwi R, Sri Rahayu, Ilham Wahyudi.
"Pengaruh Kecukupan Modal, Risiko Kredit,
Profitabilitas, dan Ukuran Bank Terhadap
Likuiditas (Studi Pada Perusahaan Perbankan
yang Terdaftar di BEI Tahun 2013 - 2018)",
Jurnal Akuntansi & Keuangan Unja, 2020

Publication

136 Miradzi Ma'ruf, Dasman Lanin. "Pengaruh
Partisipasi Stakholder Terhadap Efektivitas
Program Rasailah Daku (Rangkul, Sayangi,
Latihlah Dengan Pendidikan Terpadu) Oleh
Dinas Sosial Kota Padang", Jurnal Pendidikan
Tambusai, 2025

Publication

137 Submitted to Universitas Khairun
Student Paper

138 digilib.uinkhas.ac.id
Internet Source

139 digilib.uinsby.ac.id
Internet Source

140 digilib.uns.ac.id
Internet Source

141 docobook.com
Internet Source

142 ejournal.unesa.ac.id
Internet Source

143 eprints.ipdn.ac.id
Internet Source

144 eprints.pancabudi.ac.id

Internet Source

<1 %

145

febi.iain-tulungagung.ac.id

Internet Source

<1 %

146

fr.scribd.com

Internet Source

<1 %

147

garuda.ristekdikti.go.id

Internet Source

<1 %

148

id.scribd.com

Internet Source

<1 %

149

jig.rivierapublishing.id

Internet Source

<1 %

150

journal.global.ac.id

Internet Source

<1 %

151

jptam.org

Internet Source

<1 %

152

jurnal.sttkd.ac.id

Internet Source

<1 %

153

jurnal.um-tapsel.ac.id

Internet Source

<1 %

154

jurnalnasional.ump.ac.id

Internet Source

<1 %

155

prosiding.unipma.ac.id

Internet Source

<1 %

156

repository.uhn.ac.id

Internet Source

<1 %

157

repository.um-palembang.ac.id

Internet Source

<1 %

158

repository.unibos.ac.id

Internet Source

<1 %

159	repository.unj.ac.id Internet Source	<1 %
160	www.coursehero.com Internet Source	<1 %
161	www.gosumbar.com Internet Source	<1 %
162	www.medcom.id Internet Source	<1 %
163	Khristina Sri Prihatin, Yohana Selvia Dewi. "PENGARUH PELAYANAN AKADEMIK TERHADAP TINGKAT KEPUASAN MAHASISWA UNIVERSITAS BANTEN JAYA (UNBAJA)", Progress: Jurnal Pendidikan, Akuntansi dan Keuangan, 2019 Publication	<1 %
164	Zulhanan Taufik Ashari, Muhammad Hanif, Ibadullah Malawi. "Pengaruh gaya kepemimpinan demokratis dan partisipasi masyarakat terhadap kinerja badan usaha milik desa (BUMDES) Sukma Yasa desa Sukomoro Kecamatan Sukomoro Kabupaten Magetan", EQUILIBRIUM : Jurnal Ilmiah Ekonomi dan Pembelajarannya, 2024 Publication	<1 %
165	Christina Natalia Putri Subroto, Theresia Pradiani, Fathorrahman. "PENGARUH PROMOSI DAN SERVICESCAPE TERHADAP KEPUTUSAN MENGINAP MELALUI CITRA MEREK DI EL ROYALE HOTEL BANYUWANGI PADA MASA PANDEMI", Journal of Applied Management and Accounting Science, 2021 Publication	<1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA