

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU MEMAAFKAN PADA  
KORBAN PERSELINGKUHAN DALAM HUBUNGAN PACARAN**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana



**UBAYA**  
UNIVERSITAS SURABAYA

Oleh :  
THERESIA SONIA ROSTANTI 150118187

PEMINATAN PSIKOLOGI  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS SURABAYA  
2021

**LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR MAHASISWA**

Sebagai mahasiswa Universitas Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : THERESIA SONIA ROSTANTI  
NRP : 150118187  
Fakultas/Jurusan : Psikologi/Psikologi  
E-mail address : Theresiasoniaaa32@gmail.com

demi pengembangan ilmu pengetahuan, memberikan kepada Perpustakaan Universitas Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah Tugas Akhir yang berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU  
MEMAAFKAN PADA KORBAN PERSELINGKUHAN DALAM HUBUNGAN  
PACARAN**

(Saya Memilih)

A. Menyetujui Perpustakaan Universitas Surabaya untuk menyimpan, mengalih-media-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikan, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, tanpa tekanan dari pihak manapun.

Surabaya, 20 Januari 2022

Mengetahui,

1. Theresia Sonia Rostanti (Mahasiswa)
2. Dr. Dra. Hartanti, M.Si. (Dosen Pembimbing I)
3. Taufik Akbar Rizqi Yunanto, S.Psi., M.Psi., Psikolog. (Dosen Pembimbing II)



## HALAMAN PENGESAHAN

Nama : THERESIA SONIA ROSTANTI  
NRP : 150118187  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU  
MEMAAFKAN PADA KORBAN PERSELINGKUHAN DALAM  
HUBUNGAN  
PACARAN

**Telah diperiksa dan berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji untuk diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya.**

### TIM PENGUJI

Ketua : 200002 - Dr. Dra. Elly Yuliandari Gunatirin, M.Si.  
Sekretaris : 195049 - Johanna Natalia, S.Psi., M.Mus., Ph.D.  
Anggota : 187039 - Dr. Dra. Hartanti, M.Si.  
Anggota : 217014 - Taufik Akbar Rizqi Yunanto, S.Psi., M.Psi., Psikolog.



Ditetapkan di : Surabaya  
Pada tanggal : 27 Januari 2022  
Ketua Program Studi Psikologi



Dr. Evy Tjahjono, S.Psi., M.G.E.

### PERNYATAAN KEASLIAN

Nama : Theresia Sonia Rostanti  
NRP : 150118187  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Judul : Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku  
Memaafkan Pada Korban Perselingkuhan dalam  
Hubungan Pacaran

Skripsi ini merupakan hasil dari saya sendiri, semua kutipan telah saya cantumkan dengan benar dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika hasil dari penulisan saya ini merupakan hasil plagiat, maka saya bersedia bertanggung jawab dan menerima konsekuensi berdasarkan ketentuan yang berlaku di Universitas Surabaya.

Tanggal: 31 Agustus 2021



Theresia Sonia Rostanti

## KATA PENGANTAR

Ucapan syukur dihaturkan kepada Tuhan yang Maha Esa untuk segala berkat dan penyertaan yang telah diberikan selama proses pengerjaan skripsi ini penelitian dengan judul “Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku Memaafkan Pada Korban Perselingkuhan Dalam Hubungan Pacaran”. Ungkapan terima kasih penulis sampaikan kepada pihak yang mendukung kelancaran pada proses pengerjaan skripsi ini. Saya menyadari tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi merupakan masa yang sulit bagi saya. Oleh karena itu saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Dra. Hartanti, M.Si. selaku dosen pembimbing I yang menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan arahan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
2. Taufik Akbar Rizqi Yunanto, S.Psi., M.Psi. selaku dosen pembimbing II yang sudah memberikan dukungan, menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan yang terbaik di setiap bimbingan yang diberikan.
3. Orang tua, dan teman-teman yang selalu memberikan dukungan dalam proses pengerjaan skripsi ini.

Saya berharap Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan semua pihak yang sudah membantu. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu.

Ketapang, 19 Desember 2021

Theresia Sonia Rostanti

## DAFTAR ISI

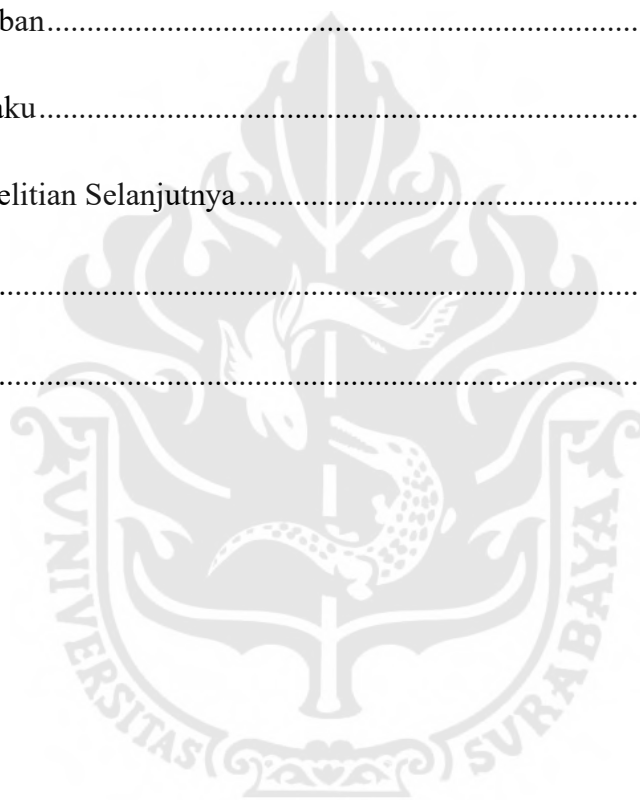
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN .....	1
KATA PENGANTAR.....	2
ABSTRAK .....	3
DAFTAR ISI.....	5
DAFTAR TABEL .....	9
BAB I.....	11
PENDAHULUAN.....	11
<b>I.1 Latar belakang .....</b>	<b>11</b>
<b>I.2 Rumusan Masalah .....</b>	<b>18</b>
<b>I.3 Tujuan Penelitian.....</b>	<b>18</b>
<b>I.4 Batasan Masalah .....</b>	<b>18</b>
<b>I.5 Manfaat Penelitian .....</b>	<b>18</b>
I.5.1 Manfaat Teoritis .....	19
I.5.2 Manfaat Praktis .....	19
BAB II.....	v.....
KAJIAN PUSTAKA .....	20

<b>II.1 Perilaku Memaafkan</b> .....	20
II.1.1 Definisi Perilaku Memaafkan .....	20
II.1.2 Aspek Perilaku Memaafkan (Rye dkk .,2001).....	21
II.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Memaafkan .....	22
<b>II.2 Regulasi Emosi</b> .....	22
II.2.1 Definisi Regulasi Emosi .....	22
II.2.2 Aspek Regulasi Emosi .....	23
<b>II.3 Perselingkuhan</b> .....	24
II.3.1 Definisi Perselingkuhan.....	24
II.3.2 Aspek Perselingkuhan.....	25
<b>II.4 Hubungan Pacaran</b> .....	25
II.4.1 Definisi Hubungan Pacaran .....	26
II.4.2 Aspek Relasi Pacaran (Relasi Romantis).....	26
<b>II.5 Emerging Adulthood</b> .....	27
II.5.1 Definisi Emerging Adulthood.....	27
II.5.2 Aspek Emerging Adulthood .....	29
<b>II.6 Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Perilaku Memaafkan</b> .....	30
<b>II.7 Hipotesis Penelitian</b> .....	32
<b>BAB III</b> .....	32
<b>METODE PENELITIAN</b> .....	32
<b>III.1 Identifikasi Variabel Penelitian</b> .....	32
<b>III.2 Definisi Operasional</b> .....	33

III.2.1 Perilaku Memaafkan.....	33
III.2.2 Regulasi Emosi.....	33
<b>III.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....</b>	<b>33</b>
Tabel 1.2 Tingkat Keyakinan Sampel Penelitian .....	34
<b>III.4 Teknik Pengukuran .....</b>	<b>35</b>
<b>III.5 Teknik Analisis.....</b>	<b>37</b>
III.5.1 Uji Instrumen.....	37
III.5.2 Uji Asumsi.....	38
III.5.3 Uji Hipotesis .....	39
BAB IV.....	41
HASIL PENELITIAN .....	41
<b>IV.1 Pelaksanaan Penelitian .....</b>	<b>41</b>
<b>IV.2 Hasil Penelitian.....</b>	<b>41</b>
IV.2.1 Deskripsi Responden Penelitian.....	42
IV.2.2 Distribusi Frekuensi Angket Terbuka .....	45
IV.2.3 Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian.....	55
IV.2.4 Tabulasi Silang.....	61
IV.2.5 Uji Instrumen.....	71
IV.2.6 Uji Reliabilitas dan Validitas .....	76
IV.2.7 Uji Asumsi.....	77
IV.2.8 Uji Hipotesis.....	78
BAB V.....	81



PENUTUP .....	81
V.1 Bahasan.....	81
V.2 Simpulan.....	86
V.3 Keterbatasan Penelitian .....	87
V.4 Saran .....	87
V.4.1 Bagi Pembaca .....	88
V.4.2 Bagi Korban.....	88
V.4.3 Bagi Pelaku.....	88
V.4.4 Bagi Penelitian Selanjutnya.....	89
Daftar Pustaka .....	90
LAMPIRAN .....	96



## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1.....	8
Tabel 3.1.....	28
Tabel 3.2.....	30
Tabel 3.3.....	31
Tabel 4.1.....	36
Tabel 4.2.....	36
Tabel 4.3.....	37
Tabel 4.4.....	38
Tabel 4.5.....	39
Tabel 4.6.....	41
Tabel 4.7.....	42
Tabel 4.8.....	43
Tabel 4.9.....	43
Tabel 4.10.....	44
Tabel 4.11.....	45
Tabel 4.12.....	45
Tabel 4.13.....	46
Tabel 4.14.....	47
Tabel 4.15.....	47
Tabel 4.16.....	48
Tabel 4.17.....	49
Tabel 4.18.....	49
Tabel 4.19.....	50
Tabel 4.20.....	50

Tabel 4.21.....	51
Tabel 4.22.....	52
Tabel 4.23.....	52
Tabel 4.24.....	53
Tabel 4.25.....	62
Tabel 4.26.....	63
Tabel 4.27.....	65
Tabel 4.28.....	64
Tabel 4.29.....	65
Tabel 4.30.....	66
Tabel 4.31.....	66
Tabel 4.32.....	67
Tabel 4.33.....	68
Tabel 4.34.....	69
Tabel 4.35.....	70
Tabel 4.36.....	70
Tabel 4.37.....	71

