

**REGULASI EMOSI MAHASISWI YANG MEMILIKI PERAN
GANDA DI UIN ANTASARI BANJARMASIN**

SKRIPSI

OLEH:

MUHAMMAD INDERA SETIAWAN

1501451881



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI

BANJARMASIN

2022

**REGULASI EMOSI MAHASISWI YANG MEMILIKI PERAN
GANDA DI UIN ANTASARI BANJARMASIN**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Islam

Oleh:

MUHAMMAD INDERA SETIAWAN

(1501451881)

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
BANJARMASIN**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Indera Setiawan

NIM : 1501451881

Tempat dan Tanggal Lahir : Banjarmasin, 01 Juni 1996

Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Prodi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul, "Regulasi Emosi Mahasiswi Memiliki Peran Ganda (Menjadi Ibu Rumah Tangga dan Mahasiswi Aktif)." adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 20 Juli 2022

Yang membuat pernyataan ini



Muhammad Indera Setiawan

1501451881



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Email: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id website www.pi.uin-antasari.ac.id

Jl. A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin KodePos 70235 Telp (0511) 3266593

Surat Keterangan Lulus Uji Plagiasi

Nomor: 1978/Un.14/III.3/PP.00.9/07/2022

Ketua Prodi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah:

Nama : Muhammad Indera Setiawan

NIM : 1501451881

Prodi : Psikologi Islam

Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Judul Karya Ilmiah : “Regulasi Emosi Mahasiswi Memiliki Peran Ganda (Menjadi ibu rumah tangga dan mahasiswi aktif)”

Telah dinyatakan **lulus uji plagiasi** dengan Prosentase sebagaimana terlampir.

Demikian surat keterangan lulus uji plagiasi ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 12 Juli 2022

**Menyetujui
An. Ketua Program Studi Psikologi Islam
Sekretaris**



PERSETUJUAN SKRIPSI

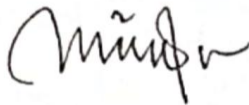
**Regulasi Emosi Mahasiswa Memiliki Peran Ganda
(Menjadi Ibu Rumah Tangga dan Mahasiswa Aktif)**

Diperembahkan dan disusun oleh:

Muhammad Indera Setiawan
NIM 1501451881

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dapat diajukan kepada Tim Penguji

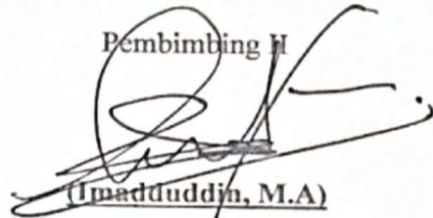
Pembimbing I



(Dra. Mulyani M. Ag)

NIP. 19681010 199403 2 004

Pembimbing II



(Imamuddin, M.A)

NIP. 19820925201503 1 004

Mengetahui,

Ketua Prodi Psikologi Islam



Shanty Komalasari, M. Psi. Psikolog

NIP. 19830215 201503 2 002

PENGESAHAN SKRIPSI

REGULASI EMOSI MAHASISWI YANG MEMILIKI PERAN GANDA DI
UIN ANTASARI BANJARMASIN

Dipersembahkan dan disusun oleh:

Muhammad Indera Setiawan
NIM. 1501451881

Telah Diajukan kepada Tim Penguji

Pada:
Tim Penguji

1. Dra. Siti Faridah, M. Ag
(Ketua)
2. Yulia Hairina, M. Psi, Psikolog
(Penguji 1)
3. Dra. Mulyani, M. Ag
(Penguji 2)
4. Imadduddin, M.A
(Penguji 3)
5. Kinanti Dartanyan, M. Psi, Psikolog
(Notulis)

1. 
2. 
3. 
4. 
5. 

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Antasari



Dr. Dzikri Nirwana, M. Ag
NIDP.19781227 200312 1 002

ABSTRAK

Muhammad Indera Setiawan, 1501451881, Regulasi Emosi Mahasiswi Yang Memiliki Peran Ganda di UIN Antasari Banjarmasin, Skripsi, Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, 2022, Pembimbing: (I) Dra. Mulyani, M. Ag (II) Imadduddin, M. Ag.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Mahasiswa, Peran Ganda.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang gambaran regulasi emosi mahasiswi yang memiliki peran ganda di UIN Antasari Banjarmasin dan faktor apa saja yang menjadi pendukung dan penghambat regulasi emosi mahasiswi yang memiliki peran ganda di UIN Antasari Banjarmasin.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan studi fenomenologi. Subjek utama dalam penelitian ini adalah 3 orang mahasiswi aktif yang sudah menikah, mempunyai anak dan mengerjakan tugas akhir serta berstatus aktif sebagai mahasiswi. Objek penelitian ini adalah gambaran regulasi emosi mahasiswi memiliki peran ganda serta faktor apa saja yang mempengaruhi emosi mahasiswi yang memiliki peran ganda di UIN Antasari Banjarmasin.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran regulasi emosi setiap subjek berbeda-beda. Hal tersebut dilatar belakangi oleh faktor usia yang berbeda, komunikasi antara suami istri, lingkungan tempat tinggal pasangan, keadaan ekonomi. Ketiga subjek secara perlahan berproses dan beradaptasi dengan keadaan untuk menghindari konflik. Hal tersebut yang membuat ketiga subjek mampu menjalani dua peran sekaligus. Walaupun tambahan peran yang dijalani ketiga subjek kerap merasakan tekanan batin namun dengan adanya motivasi dalam diri dan adanya dukungan dari suami khususnya subjek MU dan MA dan kesiapan diri dari awal untuk menjalani pernikahan yang membuat mereka tetap kuat bertahan untuk melanjutkan perkuliahan.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah *subhanahu wa ta'ala*. Keselamatan dan kesejahteraan atas junjungan kita Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wasallam*, keluarga, kerabat, sahabat dan pengikut beliau. Berkat taufiq, hidayah dan inayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini, dengan judul "Regulasi Emosi Mahasiswa yang Memiliki Peran Ganda di UIN Antasari Banjarmasin"

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat kelulusan mata kuliah skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin, Prodi Psikologi Islam. Khususnya, peneliti ucapkan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr.Dzikri Nirwana selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin atas persetujuan yang diberikan kepada peneliti dalam penelitian skripsi ini.
2. Ibu Shanty Komalasari, M. Psi, Psikolog selaku Ketua Prodi Psikologi Islam dan Ibu Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog selaku Sekretaris Prodi Psikologi Islam untuk bantuan dan nasehat yang telah diberikan.
3. Ibu Dra. Mulyani, M.Ag dan bapak Imadduddin, M.A selaku pembimbing yang telah senang hati meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan serta mengoreksi penelitian skripsi ini.

4. Para Dosen Prodi Psikologi Islam yang turut ikhlas membantu dan memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat, sehingga peneliti dapat menyelesaikan studi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
5. Para Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang juga turut ikhlas membantu dan memberikan ilmu yang bermanfaat, sehingga peneliti dapat menyelesaikan studi di Fakultas dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
6. Para Karyawan Administrasi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah memberikan pelayanan yang baik dalam membantu kelancaran peneliti, baik selama perkuliahan maupun sewaktu penyelesaian skripsi ini.
7. Keluarga penulis, Isteri, anak-anak, dan keluarga besar yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah memberikan dukungan, semangat, motivasi dan doa selama penulis kuliah sampai menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh teman-teman Psikologi Islam 2015 yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, terima kasih telah menjadi rekan yang luar biasa selama kuliah.
9. Semua pihak yang turut berpartisipasi memberikan motivasi, bantuan, saran sehingga skripsi dapat terselesaikan.

Akhirnya peneliti berharap agar skripsi ini bermanfaat untuk kita semua dan atas segala bantuan dan bimbingan semua pihak, peneliti berdoa semoga Allah *subhanahu wa ta'ala* berkenan membalasnya dengan ganjaran pahala atau kebaikan yang berlipat ganda. *Amin Ya Rabbal 'Alamin.*

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA

- | | |
|------------|------------|
| 1. ا : A | 16. ط : Th |
| 2. ب : B | 17. ظ : Zh |
| 3. ت : T | 18. ع : ‘ |
| 4. ث : Ts | 19. غ : Gh |
| 5. ج : J | 20. ف : F |
| 6. ح : H | 21. ق : Q |
| 7. خ : Kh | 22. ك : K |
| 8. د : D | 23. ل : L |
| 9. ذ : Dz | 24. م : M |
| 10. ر : R | 25. ن : N |
| 11. ز : z | 26. و : W |
| 12. س : S | 27. ه : H |
| 13. ش : Sy | 28. ء : ‘ |
| 14. ص : Sh | 29. ي : Y |
| 15. ض : Dh | |

Mad dan Diftong

1. Fathah panjang : Â / â
2. Kasrah panjang : Î / î
3. Dhammah panjang : Û / û

4. وا : Aw

5. يا : Ay

Catatan:

1. Konsonannya yang bersyahaddah ditulis dengan rangkap. Misalnya:

ربنا Ditulis *rabbana*.

2. Vokal panjang (mad) :

Fathah (baris di atas) ditulis â, kasrah (baris di bawah) di tulis î, serta dhammah (baris di depan) di tulisû. Misalnya ; القارعة ditulis *al-qâri'ah*, المساكين ditulis *al-masâkîn*, المفلحون ditulis *al-muflih ûn*.

3. Kata sandang alif + lam (ال)

Bila diikuti oleh huruf *al*, misalnya: الكافرون ditulis *al-kâfirûn*. Sedangkan bila diikuti oleh huruf syamsyiah, huruf yang mengikutinya, misalnya: الرجال di tulis *ar-rijâl*.

4. Ta' marbûthah (ة)

Bila terletak diakhir kalimat, ditulis h, misalnya; البقرة ditulis *al-Baqarah*. Bila ditengah kalimat ditulis t, misalnya; زكاة المال ditulis *zakât al mâl* atau سورة النساء ditulis *sûrat al-Nisâ*.

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|---------|
| HALAMAN JUDUL..... | ii |
| PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN | iii |
| BUKTI BEBAS PLAGIASI | iv |
| PERSETUJUAN SKRIPSI | v |
| PENGESAHAN SKRIPSI | vi |
| ABSTRAK | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA | x |
| DAFTAR ISI..... | xii |
| DAFTAR TABEL | 55 |
| DAFTAR LAMPIRAN | 89 |
| | |
| BAB I: PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 8 |
| C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian | 8 |
| D. Definisi Istilah | 10 |
| E. Penelitian Terdahulu | 14 |
| F. Sistematika Penulisan..... | 20 |
| | |
| BAB II: LANDASAN TEORI | |
| A. Definisi Regulasi Emosi | 21 |
| B. Regulasi Emosi dalam perspektif Islam | 24 |
| C. Bentuk Kecakapan Regulasi Emosi | 26 |
| D. Aspek-aspek Regulasi Emosi..... | 29 |
| E. Faktor yang mempengaruhi regulasi emosi | 32 |
| F. Mahasiswa | 37 |
| G. Peran Ganda..... | 38 |
| H. Kerangka Berpikir..... | 40 |
| | |
| BAB III: METODE PENELITIAN | |
| A. Jenis Penelitian..... | 43 |
| B. Lokasi Penelitian..... | 44 |
| C. Subjek dan Objek Penelitian | 44 |
| D. Data dan Sumber Data | 45 |
| E. Teknik Pengumpulan Data..... | 46 |
| F. Keabsahan Data..... | 47 |
| G. Teknik Pengolahan data..... | 50 |

| | |
|---|----|
| H. Prosedur Penelitian | 52 |
| BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | |
| A. Data Demografis Subjek Penelitian | 54 |
| B. Hasil Penelitian | 56 |
| 1. Gambaran Regulasi Emosi Mahasiswi UIN dengan Peran Ganda | 57 |
| 2. Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi Mahasiswi yang Memiliki Peran Ganda | 68 |
| C. Pembahasan..... | 72 |
| D. Rangkuman Hasil Penelitian..... | 81 |
| E. Keterbatasan Penelitian..... | 83 |
| BAB V: PENUTUP | |
| A. Simpulan | 84 |
| B. Saran | 85 |
| DAFTAR PUSTAKA | |

