

**REGULASI EMOSI DEWASA AWAL
KORBAN CHILD ABUSE**

KARYA AKHIR

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Strata-1 Psikologi

**Universitas Bina
Darma**



Disusun Oleh :

Afifah Randa Syawalsa

211810027

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS SOSIAL HUMANIORA
UNIVERSITAS BINA DARMA**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

REGULASI EMOSI DEWASA AWAL KORBAN *CHILD ABUSE*

KARYA AKHIR

Diajukan oleh

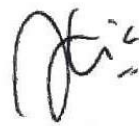
Afifah Randa Syawalsa

21.181.0027

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pada tanggal 20 Februari 2026

Pembimbing



Mutia Mawardah, S.Psi., M.A

NIDN. 0214068702

HALAMAN PENGESAHAN

REGULASI EMOSI DEWASA AWAL KORBAN *CHILD ABUSE*

Telah dipertahankan d idepan Dewan Penguji Karya Akhir
Program Studi Psikologi
Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma
Untuk memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Derajat
Strata-I Psikologi

Pada tanggal 06 Maret 2026
Mengesahkan,
Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora

Ketua Program Studi Psikologi



Dr. Itryah, S.Psi., M.A
NIDN. 0228098001

Mutia Mawardah, S.Psi., M.A

NIDN. 0214068702

.....

Desy Arisandy, S.Psi., M.si., Psikolog

NIDN. 0229127501

.....

Dr. Rizki Amaliyah, MA.Si

NIDN. 2103129001

.....

SURAT PERNYATAAN AKADEMIK

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Afifah Randa Syawalsa

NIM : 211810027

Program Studi : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya akhir ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik (Ahli Madya/Sarjana/Magister) di Universitas Bina Darma atau di Perguruan Tinggi lain.
2. Karya akhir ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri dengan arahan tim pembimbing.
3. Di dalam karya akhir ini terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dikutip dengan mencantumkan nama pengarang dan memasukkan ke dalam daftar rujukan.
4. Saya bersedia karya akhir ini yang saya hasilkan dicek keasliannya menggunakan plagiarism check serta diunggah ke internet, sehingga dapat diakses secara daring.
5. Surat pernyataan ini saya tulis dengan sungguh-sungguh dan apabila terbukti melakukan penyimpangan atau ketidakbenaran dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palembang, 06 Maret 2026

Yang membuat pernyataan,



Afifah Randa Syawalsa

NIM: 211810027

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Lembar yang paling indah dalam penyusunan karya akhir ini adalah lembar persembahan. Alhamdulillah rabbil'alamin, dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas segala nikmat, kesehatan, kekuatan, serta kesempatan yang telah diberikan hingga penulis mampu menyelesaikan karya ini. Dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, karya ini penulis persembahkan kepada :

Cinta pertamaku, Ayahanda tercinta. Terima kasih atas segala perjuangan, kerja keras, dan pengorbanan yang telah diberikan. Meski mungkin tidak semua kesempatan dapat dirasakan, namun kasih sayang, dukungan, serta doa yang tak pernah putus menjadi kekuatan terbesar bagi penulis untuk terus melangkah hingga sampai pada titik ini.

Pintu surgaku, Ibunda tersayang. Terima kasih atas cinta yang begitu tulus, doa yang tiada henti, serta kesabaran dalam membimbing dan mendampingi penulis selama ini. Setiap pelukan, nasihat, dan air mata yang pernah jatuh menjadi kekuatan yang selalu menguatkan langkah penulis dalam menyelesaikan karya ini.

Kepada adik-adikku tercinta. Terima kasih atas segala dukungan, semangat, serta kebersamaan yang selalu menjadi penguat dalam setiap proses yang penulis lalui. Kehadiran kalian menjadi salah satu alasan penulis untuk terus berjuang dan memberikan yang terbaik.

Kepada keluarga besar yang selalu memberikan dukungan dan doa. Terima kasih atas setiap perhatian dan harapan yang diberikan, yang menjadi sumber semangat bagi penulis dalam menyelesaikan karya akhir ini.

Kepada sahabat-sahabat dan teman seperjuangan. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, serta cerita yang telah dilalui bersama selama masa perkuliahan. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi, bertukar pikiran, dan saling menguatkan dalam setiap proses yang tidak selalu mudah ini.

Kepada seseorang yang sangat special, yang selalu hadir dan memberikan warna dalam perjalanan ini. Terima kasih atas dukungan, perhatian, serta waktu yang telah diberikan. Kehadiranmu menjadi bagian dari proses panjang yang penuh makna bagi penulis.

Dan terakhir, untuk diri saya sendiri. Terima kasih karena telah mampu bertahan, berjuang, dan tidak menyerah dalam menghadapi setiap proses yang tidak mudah. Terima kasih atas keberanian untuk terus melangkah, meskipun sering kali merasa lelah. Karya ini adalah bukti dari setiap usaha, doa, dan harapan yang tidak pernah berhenti.

Semoga karya ini dapat memberikan manfaat dan menjadi langkah awal untuk perjalanan yang lebih baik ke depannya.

-Afifah Randa Syawalsa-

HALAMAN MOTTO

“Obat terbaik adalah ketenangan.”

(Afifah Randa Syawalsa)

“Jalani setiap hal di kehidupan apapun cuacanya”

(Afifah Randa Syawalsa)



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya akhir ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 Program Studi Psikologi. Karya akhir ini membahas mengenai penelitian tentang Regulasi Emosi pada Dewasa Awal yang menjadi korban kekerasan oleh orang tua yang biasa disebut sebagai *Child Abuse* (Studi Fenomenologis).

Dalam penyusunan karya ini, penulis telah berupaya sebaik mungkin untuk mengikuti pedoman yang berlaku. Namun, penulis menyadari bahwa terdapat kekurangan dalam penyusunan karya ini. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat konstruktif dari semua pihak untuk perbaikan karya ini agar dapat memberikan manfaat yang lebih besar di masa yang akan datang.

Proses penyelesaian karya akhir ini tidak lepas dari bimbingan, dukungan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi dalam penyelesaian karya akhir ini. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Sunda Ariana, M.Pd., M.M selaku Rektor Universitas Bina Darma Palembang.
2. Bapak Nuzsep Almigo, S.Psi., M.Sc., Ph.D selaku Dekan Fakultas Sosial Humaniora Universitas Bina Darma Palembang.
3. Ibu Dr. Itryah, S.Psi., M.A selaku Kaprodi Psikologi Fakultas Sosial

Humaniora Universitas Bina Darma Palembang.

4. Ibu Mutia Mawardah, S.Psi., M.A selaku Ketua Riset Penulisan Karya Akhir sekaligus Dosen Pembimbing yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang sangat berharga, masukan, serta motivasi yang luar biasa.
5. Ibu Rina Oktaviana, S.Psi. MA selaku dosen pembimbing akademik.
6. Seluruh Bapak/Ibu dosen-dosen Psikologi Universitas Bina Darma yang telah memberikan ilmu tanpa tanda jasa selama di bangku kuliah.
7. Ayah, Bunda, dan adik-adik tercinta yang selalu memberikan dukungan penuh kepada penulis di segala kondisi.
8. Kepada para subjek inisial MA dan VP serta semua informan tahu yang sukarela diwawancarai sebagai target karya akhir.
9. Kepada pasangan terkasih, yang telah memberikan dukungan dan menemani penulis sejak pemilihan judul hingga selesainya karya akhir ini.

Akhir kata, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tulus dan memohon kepada Allah SWT agar senantiasa membalas segala kebaikan, dan berharap agar karya akhir ini dapat memberikan manfaat yang signifikan, tidak hanya bagi penulis, tetapi juga bagi pembaca, lembaga, serta semua pihak yang berkepentingan dan terlibat langsung dalam penyelesaian karya akhir ini.

Palembang, 20 Februari 2026

Afifah Randa Syawalsa

211810027

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Pertanyaan Penelitian	29
C. Tujuan Penelitian	29
D. Manfaat Penelitian	29
E. Keaslian Penelitian	30
BAB II	35
TINJAUAN PUSTAKA	35
A. Regulasi Emosi	35
B. <i>Child Abuse</i>	46
C. Dinamika Psikologis	61
D. Pertanyaan Penelitian	71
BAB III	73
METODE PENELITIAN	73
A. Rancangan Penelitian	73
B. Lokasi Dan Subjek Penelitian	75

C. Sumber Data	79
D. Peran Peneliti.....	80
E. Metode Pengumpulan Data	81
F. Alat Bantu Pengumpulan Data	82
G. Prosedur Analisis Data dan Interpretasi Data	83
H. Validitas dan Verifikasi Data	85
I. Teknik Analisis Data	85
J. Jadwal Penelitian.....	87
BAB IV	92
PEMBAHASAN.....	92
A. Timeline Pengambilan Data	92
B. Hasil Pengambilan Data	93
a. Deskripsi Hasil Penelitian Subjek Pertama (MA).....	93
b. Deskripsi Hasil Penelitian Subjek Kedua (VP).....	110
C. Pembahasan.....	127
D. Sintesa	130
E. Kelemahan Dalam Penelitian.....	132
BAB V	134
KESIMPULAN DAN SARAN.....	134
A. Kesimpulan	134
B. Saran	135
DAFTAR PUSTAKA	137
LAMPIRAN	140

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rincian dan Tahap Kegiatan	89
Tabel 4.1 Jadwal Pengambilan Data Penelitian Subjek 1 (MA).....	93
Tabel 4.2 Jadwal Pengambilan Data Penelitian Subjek 2 (VP).....	93
Tabel 4.3 Tema Aspek-aspek Regulasi Emosi pada Subjek MA	106
Tabel 4.5 Tema Aspek-aspek Regulasi Emosi pada Subjek VP	122



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Outline Kerangka Berpikir	72
Gambar 4.4 Outline Dinamika Psikologis Subjek MA.....	109
Gambar 4.6 Outline Dinamika Psikologis Subjek VP.....	126



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Guideline Interview Subjek	140
Lampiran 2. Guideline Interview Informan Tahu	144
Lampiran 3. Biodata Subjek.....	146
Lampiran 4. Verbatim Subjek.....	148
Lampiran 5. Verbatim Informan Tahu	180
Lampiran 6. Catatan Lapangan.....	203
Lampiran 7. Dokumentasi	208
Lampiran 8. Lembar Bimbingan Konsultasi.....	209
Lampiran 9. SK Pembimbing.....	211
Lampiran 10. Surat Keterangan Lulus Seminar Proposal	212
Lampiran 11. Surat Keterangan Lulus Seminar Hasil	213
Lampiran 12. Hasil Turnitin	214
Lampiran 13. Informan Consent	215
Lampiran 14. Letter of Acceptance.....	221
Lampiran 15. Surat Permohonan Judul dan Pembimbing	222
Lampiran 16. Lembar Perbaikan Proposal Penelitian	223
Lampiran 17. Lembar Perbaikan Seminar Hasil Penelitian	224
Lampiran 18. Surat Kelayakan Jilid.....	225

Regulasi Emosi Dewasa Awal Korban *Child Abuse*

Afifah Randa Syawalsa

211810027

Fakultas Sosial Humaniora Program Studi Psikologi

Universitas Bina Darma

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami regulasi emosi pada dewasa awal yang memiliki pengalaman child abuse. Regulasi emosi merupakan kemampuan individu dalam mengelola, mengendalikan, dan merespon emosi yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Subjek penelitian terdiri dari dua orang dewasa awal yang memiliki pengalaman child abuse. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dengan panduan berdasarkan aspek regulasi emosi, yaitu *strategies to emotion regulation*, *engaging in goal directed behavior*, *control emotional responses*, dan *acceptance of emotional response*. Data dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua subjek memiliki kemampuan regulasi emosi yang berbeda pada setiap aspek, yang dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu, pemaknaan individu terhadap emosi, serta strategi yang digunakan dalam menghadapi situasi emosional. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman child abuse berperan dalam membentuk pola regulasi emosi pada dewasa awal.

Kata Kunci : Regulasi Emosi, Dewasa Awal, *Child Abuse*

Emotion Regulation in Early Adult with a History of Child Abuse

Afifah Randa Syawalsa

211810027

Faculty of Social Humanuties, Psychology Study Program

Bina Darma University

ABSTRACT

This study aims to understand emotion regulation in early adults who have experienced child abuse. Emotion regulation refers to an individual's ability to manage, control, and respond to emotions that arise in daily life. This study employed a qualitative approach using a phenomenological method. The research subjects consisted of two early adults with a history of child abuse. Data were collected through in-depth interviews guided by aspects of emotion regulation, namely strategies to emotion regulation, engaging in goal directed behavior, control of emotional responses, and acceptance of emotional response. The data were analyzed using thematic analysis. The results showed that both subjects had different levels of emotion regulation across each aspect, which were influenced by past experiences, individual meaning-making of emotions, and the strategies used in dealing with emotional situations. In conclusion, experiences of child abuse play a role in shaping emotion regulation patterns in early adulthood.

Keywords : Emotion Regulation, Early Adult, Child Abuse