

**PENGARUH POLA ASUH OTORITER IBU TERHADAP
REGULASI EMOSI PADA MAHASISWA ATLET**



Oleh:

Alda Riyani Arisman

1801620043

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI 2025**

**PENGARUH POLA ASUH OTORITER IBU TERHADAP
REGULASI EMOSI PADA MAHASISWA ATLET**



HALAMAN JUDUL

Oleh:

Alda Riyani Arisman

1801620043

PSIKOLOGI

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI 2025**

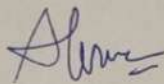
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

Pengaruh Pola Asuh Otoriter Ibu Terhadap Regulasi Emosi Mahasiswa Atlet.

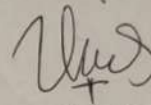
Nama Mahasiswa : Alda Riyani Arisman
NIM : 1801620043
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 4 Juli 2025

Pembimbing 1



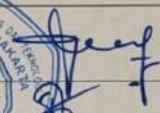
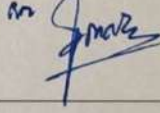
Ernawati, M.Psi., Psikolog.
NIP. 198806192022042001

Pembimbing 2



Ermita Zakiah, M.Psi, Psikolog.
NIP. 198703242024212001

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si. (Dekan/Penanggungjawab)		28/7 2025
Mira Ariyani, Ph.D., Dekan/Wakil Penanggungjawab**		21 Juli 2025
Dr. Iriani Indri Hapsari, M. Psi., Psikolog (Ketua Penguji)***		21 Juli 2025
Lupi Yudhaningrum, M. Psi., Psikolog Dosen Penguji I		30/7 2025
Fauziah Wijayanti, M. Psi., Psikolog Dosen Penguji II		21 Juli 2025

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta;

Nama : Alda Riyani Arisman

NIM : 1801620043

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Pengaruh Pola Asuh Otoriter Ibu Terhadap Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Atlet" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Januari sampai dengan Juni 2025.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan ini benar.

Bekasi, 26 Juni 2025



METERAI
TEMPER
10000
22AMX42235073

Alda Riyani Arisman

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Alda Riyani Arisman
NIM : 1801620043
Fakultas/Prodi : Psikologi/Psikologi
Alamat email : riyaniarisman@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (...)

yang berjudul :

Pengaruh Pola Asuh Otoriter Ibu Terhadap Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Atlet

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

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

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 12 Agustus 2025



(Alda Riyani Arisman
nama dan tanda tangan)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

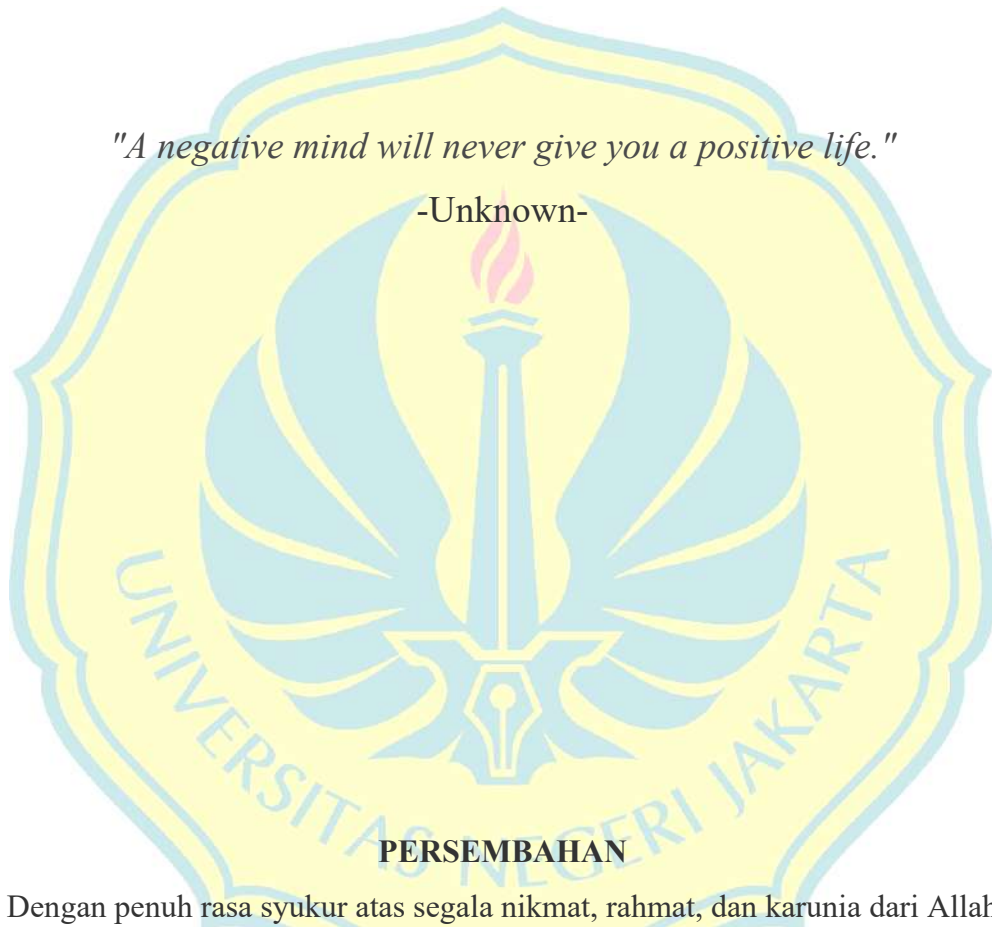
MOTTO

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

(Q.S Al Insyirah: 5-6)

"A negative mind will never give you a positive life."

-Unknown-



PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur atas segala nikmat, rahmat, dan karunia dari Allah SWT. Skripsi ini saya dedikasikan untuk mama, papa, kakak-kakak tersayang yang senantiasa mendoakan tanpa lelah, serta kepada pasangan dan teman-teman saya yang selalu memberikan energi positifnya untuk saya agar dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Ucapan terima kasih juga saya sampaikan kepada dosen pembimbing, sahabat-sahabat, kakak, dan rekan-rekan yang telah memberikan dukungan, semangat, dan doa dalam setiap situasi yang saya hadapi.

ALDA RIYANI ARISMAN

**PENGARUH POLA ASUH OTORITER IBU TERHADAP
REGULASI EMOSI PADA MAHASISWA ATLET**

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara pola asuh otoriter ibu terhadap regulasi emosi mahasiswa atlet. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Jumlah total sampel pada penelitian ini sebanyak 160 responden. Instrumen yang digunakan penelitian ini adalah *parental authority questionnaire* yang dikembangkan oleh John R. Buri (1991) dan *The Emotion Regulation Questionnaires on Indonesian Sport Setting* (IERQ4S) yang dikembangkan oleh Miftakhul Jannah, dkk (2003). Hasil penelitian ini menunjukkan H_a diterima dan H_o ditolak yang dapat diinterpretasikan bahwa pola asuh otoriter ibu memiliki pengaruh yang signifikan terhadap regulasi emosi mahasiswa atlet dan berkorelasi secara negatif. Pada penelitian ini pola asuh otoriter ibu berkontribusi sebesar 32% terhadap regulasi emosi mahasiswa atlet, sedangkan 68% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain diluar yang diteliti.

Kata Kunci: Pola asuh otoriter ibu, Regulasi Emosi, Mahasiswa atlet.

ALDA RIYANI ARISMAN

***THE EFFECT OF MOTHER'S AUTHORITARIAN PARENTING STYLES
ON EMOTIONAL REGULATION IN STUDENT ATHLETES***

Thesis

Psychology Study Department

Faculty Psychology, Jakarta State University

2025

ABSTRACT

This study aims to determine whether there is an influence between maternal authoritarian parenting styles on student athletes' emotional regulation. This study is a quantitative study. Sampling in this study used a purposive sampling technique. The total sample in this study was 160 respondents. The instruments used in this study were the parental authority questionnaire developed by John R. Buri (1991) and The Emotion Regulation Questionnaires on Indonesian Sport Setting (IERQ4S) developed by Miftakhul Jannah et al. (2003). The results of this study indicate that H_a is accepted and H_o is rejected, which can be interpreted that maternal authoritarian parenting styles have a significant influence on student athletes' emotional regulation and are negatively correlated. In this study, maternal authoritarian parenting styles contributed 32% to student athletes' emotional regulation, while the remaining 68% was influenced by other variables outside those studied.

Keywords: *Authoritarian parenting mothers, Emotion Regulation, Student athletes.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT. Karena telah memberikan segala nikmat dan rahmatnya untuk saya agar dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul Hubungan Pola Asuh Otoriter Ibu Terhadap Regulasi Emosi Mahasiswa Atlet sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Penyusunan dan penelitian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan pertolongan Allah SWT. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat berbagai kekurangan dan keterbatasan. Penulis juga memahami bahwa keberhasilan penyelesaian skripsi ini tidak akan tercapai tanpa adanya bantuan, dukungan, arahan, serta masukan dan kritik yang membangun dari berbagai pihak selama proses penulisannya. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, PhD. selaku Wakil Dekan 1 Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd. selaku Wakil Dekan 2 Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Bapak Herdiyan Maulana, PhD. selaku Wakil Dekan 3 Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si., Psikolog selaku Koordinator Program studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Mba Ernawati, M. Psi., Psikolog. selaku dosen pembimbing I yang sudah sangat bersabar dan membantu dalam kelancaran proses skripsi ini.
7. Mba Ernita Zakiah, M. Psi., Psikolog. Selaku dosen pembimbing 2 yang sudah sangat sabar dan detail dalam setiap bimbingan.
8. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah menyalurkan ilmu pengetahuan selama peneliti melaksanakan masa studinya.

9. Diri sendiri yang sudah mau keluar dari zona nyaman dan bisa menyelesaikan skripsi ini sampai selesai.
10. Mama dan Papa yang sudah sangat sabar, mendukung peneliti secara materi/non materi, dan juga selalu memberikan kata-kata motivasi untuk saya agar segera menyelesaikan skripsi.
11. Aa Angga, Tete Anggi, dan Aldy selaku kakak yang tidak ada henti-hentinya memberikan semangat serta dukungannya.
12. Jeremia Wihardja selaku yang tersayang udah jadi salah satu penyemangat dan menemani peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Nana, Meydi, Dije, Niluh, dan Ka Omade yang sudah sangat membantu dan mempermudah proses pengerjaan skripsi ini.
14. Marsya, Biyyah, Nabilla yang sudah menjadi teman seperjuangan dan membawa rasa semangat dalam menyelesaikan penelitian ini.
15. Teman-Teman sepatu roda yang selalu memberikan dukungan dan menjadi warna dalam setiap perjalanan hidup saya.
16. Rekan Pelatih dan Pengurus yang selalu memberikan dukungan dan memberikan izin kepada saya untuk menyelesaikan skripsi ini dengan cepat.
17. Teman-teman lain yang tidak bisa disebutkan satu persatu atas dorongan dan bantuan untuk mencari responden penelitian ini.
18. Seluruh responden yang sudah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam pelaksanaan penelitian ini masih terdapat berbagai keterbatasan dan kekurangan, baik dari segi teknis maupun substansi. Oleh karena itu, peneliti sangat membuka diri terhadap masukan berupa kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan penelitian ini dan mengembangkannya menjadi kontribusi ilmu pengetahuan yang lebih bermakna di masa mendatang. Atas segala kekurangan dan ketidak sempurnaan yang mungkin muncul selama proses penelitian berlangsung, peneliti menyampaikan permohonan maaf yang sebesar-besarnya.

Ucapan terima kasih yang tulus peneliti sampaikan kepada seluruh pihak yang telah memberikan bantuan, dukungan, serta doa selama proses penyusunan dan pelaksanaan penelitian ini. Semoga segala kebaikan dan kontribusi yang telah diberikan dibalas dengan limpahan rahmat dan karunia dari Allah SWT. Harapan peneliti, semoga hasil dari penelitian ini dapat memberikan manfaat yang nyata bagi berbagai pihak yang berkepentingan, khususnya dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan praktik di bidang yang relevan.

Bekasi, 26 Juni 2025

Peneliti,



Alda Riyani Arisman

NIM. 1801620043



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	7
1.3. Pembatasan Masalah	8
1.4. Rumusan Masalah	8
1.5. Tujuan Penelitian	8
1.6. Manfaat Penelitian	8
1.6.1. Manfaat Teoritis	8
1.6.2. Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1. Regulasi Emosi	11
2.1.1. Pengertian Regulasi Emosi	11
2.1.2. Aspek - Aspek Regulasi Emosi	12
2.1.3. Bentuk-Bentuk Regulasi Emosi	13
2.1.4. Manfaat Regulasi Emosi	13
2.1.5. Faktor - Faktor Yang Memengaruhi Regulasi Emosi	14
2.2. Pola Asuh Otoriter	15

2.2.1.	Pengertian Pola Asuh Otoriter	15
2.2.2.	Dimensi-Dimensi Pola Asuh Otoriter	16
2.2.3.	Dampak Pola Asuh Otoriter	17
2.2.3.1.	Positif	17
2.2.3.2.	Negatif	17
2.2.4.	Faktor – Faktor Yang Memengaruhi Pola Asuh Otoriter	18
2.3.	Mahasiswa Atlet	19
2.3.1.	Pengertian Mahasiswa Atlet	19
2.4.	Dinamika Hubungan Pola Asuh Otoriter Terhadap Regulasi Emosi Pada Atlet	20
2.5.	Kerangka Pemikiran/Kerangka Konseptual	21
2.6.	Hipotesis	22
2.7.	Hasil Penelitian Yang Relevan	22
BAB III METODE PENELITIAN		23
3.1.	Tipe Penelitian	23
3.2.	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	23
3.2.1.	Definisi Konseptual	23
3.2.2.	Definisi Operasional	24
3.3.	Populasi dan Sampel Penelitian	24
3.3.1.	Populasi	24
3.3.2.	Sampel	24
3.3.3.	Teknik Sampling	25
3.4.	Teknik Pengumpulan Data	25
3.4.1.	Teknik Pengumpulan Data	25
3.4.2.	Instrumen Penelitian	25
3.4.2.1.	Instrumen The Emotion Regulation Questionnaires on Indonesian Sport Setting (IER4QS)	25
3.4.2.1.1.	Latar Belakang Instrumen	25
3.4.2.1.2.	Kisi-kisi Instrumen	27
3.4.2.1.3.	Proses Adopsi Instrumen	28
3.4.2.2.	Instrumen Parental Authority Questionnaire	28
3.4.2.2.1.	Latar Belakang Instrumen	28

3.4.2.2.2.	Kisi-kisi Instrumen	28
3.4.2.2.3.	Proses Adaptasi Instrumen.....	29
3.5.	Analisis Data	30
3.5.1.	Analisis Deskriptif	30
3.5.2.	Uji Prasyarat Analisis	31
3.5.2.1.	Uji Normalitas	31
3.5.2.2.	Uji Heteroskedastisitas	31
3.5.2.3.	Uji Linearitas	32
3.5.3.	Uji Hipotesis	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		35
4.1.	Gambaran Partisipan Penelitian	35
4.1.1.	Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia.....	35
4.1.2.	Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin	35
4.1.3.	Gambaran Partisipan Berdasarkan Kontingen Daerah	36
4.1.4.	Gambaran Partisipan Berdasarkan Cabang Olahraga	36
4.1.5.	Gambaran Partisipan Berdasarkan Lama Menjadi Atlet	37
4.1.6.	Gambaran Partisipan Fakultas	37
4.1.7.	Gambaran Partisipan Berdasarkan Agama Ibu	38
4.1.8.	Gambaran Skor Variabel Pola Asuh Otoriter	38
4.1.9.	Gambaran Skor Variabel Regulasi Emosi	39
4.2.	Prosedur Penelitian.....	39
4.2.1.	Persiapan Penelitian	39
4.2.2.	Pelaksanaan Penelitian.....	40
4.3.	Hasil Analisis Data Penelitian.....	42
4.3.1.	Hasil Uji Asumsi.....	42
4.3.1.1.	Hasil Uji Normalitas	42
4.3.1.2.	Hasil Uji Heteroskedastisitas	43
4.3.1.3.	Hasil Uji Linearitas.....	44
4.3.2.	Hasil Uji Hipotesis	45
4.4.	Pembahasan	47
4.5.	Keterbatasan Penelitian	51
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN		51

5.1. Kesimpulan.....	51
5.2. Implikasi.....	51
5.3. Saran dan Rekomendasi	52
5.3.1. Bagi Mahasiswa Atlet	52
5.3.2. Bagi Orang Tua	52
5.3.3. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	52
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	59
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	85



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-kisi Instrumen IERQ4S	27
Tabel 3. 2 Kisi-kisi Instrumen PAQ.....	29
Tabel 4. 1 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usia.....	35
Tabel 4. 2 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	35
Tabel 4. 3 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Kontingen	36
Tabel 4. 4 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Cabang Olahraga	36
Tabel 4. 5 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Lama Menjadi Atlet.....	37
Tabel 4. 6 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Fakultas.....	37
Tabel 4. 7 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Agama Ibu	38
Tabel 4. 8 Skor Pola Asuh Otoriter.....	39
Tabel 4. 9 Skor Regulasi Emosi.....	39
Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas	42
Tabel 4. 11 Hasil Uji Heteroskedastisitas Glejser.....	43
Tabel 4. 12 Hasil Uji Heteroskedastisitas Scatterplot.....	44
Tabel 4. 13 Hasil Uji Linearitas	44
Tabel 4. 14 Hasil Uji Hipotesis Regresi Linear Sederhana.....	45
Tabel 4. 15 Hasil Uji Hipotesis R Square	45
Tabel 4. 16 Hasil Uji Hipotesis Koefisien Regresi	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Demografis Partisipan.....	59
Lampiran 2 Gambaran Skor	61
Lampiran 3 Hasil Analisis Data Penelitian	61
Lampiran 4 Lembar Expert Judgment.....	64
Lampiran 5 Data kasar uji coba instrument	65
Lampiran 6 Kuesioner Penelitian.....	69
Lampiran 7 Data Kasar	77
Lampiran 8 Uji Coba Validitas dan Reliabilitas Instrumen	83

