

PERBEDAAN EMPATI DAN REGULASI EMOSI DALAM PERILAKU  
BULLYING ANTARA MAHASISWA LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN  
YANG MENGIKUTI UKM

SKRIPSI



DISUSUN OLEH:  
SHAFIRA ERVIANA  
(201360046)

FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
TAHUN 2017/2018

PERBEDAAN EMPATI DAN REGULASI EMOSI DALAM PERILAKU  
BULLYING ANTARA MAHASISWA LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN  
YANG MENGIKUTI UKM

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus Untuk Memenuhi  
Sebagian Dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi



FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
TAHUN 2017/2018

**HALAMAN PERSETUJUAN**

PERBEDAAN EMPATI DAN REGULASI EMOSI DALAM PERILAKU  
BULLYING ANTARA MAHASISWA LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN  
YANG MENGIKUTI UKM

Yang diajukan oleh

SHAFIRA ERVIANA

NIM 201360046

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :

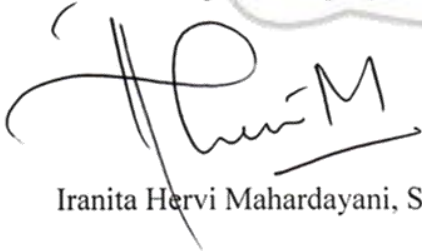
Pembimbing Utama



Latifah Nur Ahyani, S.Psi, M.A

Tanggal, ... 30 AUG 2017

Pembimbing Pendamping



Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi

Tanggal, ... 30 AUG 2017

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi

Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Diterima Untuk Memenuhi  
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi.

Pada Tanggal : 30 Agustus 2017

Mengesahkan Fakultas Psikologi

Universitas Muria Kudus

Dekan

Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Latifah Nur Ahyani, S.Psi, M.A

2. Trubus Raharjo, S.Psi, M.Si

3. M. Widjanarko, S.Psi, M.Si

## PERSEMBAHAN

Karya sederhana ini aku persembahkan untuk :

- Mamah dan Ayah tercinta yang selalu mendoakan serta mensupportku
- Kakak kakakku tercinta yang selalu memberikan dorongan dan masukan
- Kekasihku yang selalu ada untuk memberi semangat dan setia menemani
- Untuk para teman seperjuangan
- Almamaterku Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus



## MOTTO

“When you succeed, your friends will know who you are, when you fail, you know who your friends are”

(Shafira E)

“When you focus on problem, you’ll have more problems, when you focus on possibilities, you’ll have more opportunities”

(Shafira E)

“No matter how badly people treat you, never drop down to their level. Just know you are better and walk away”

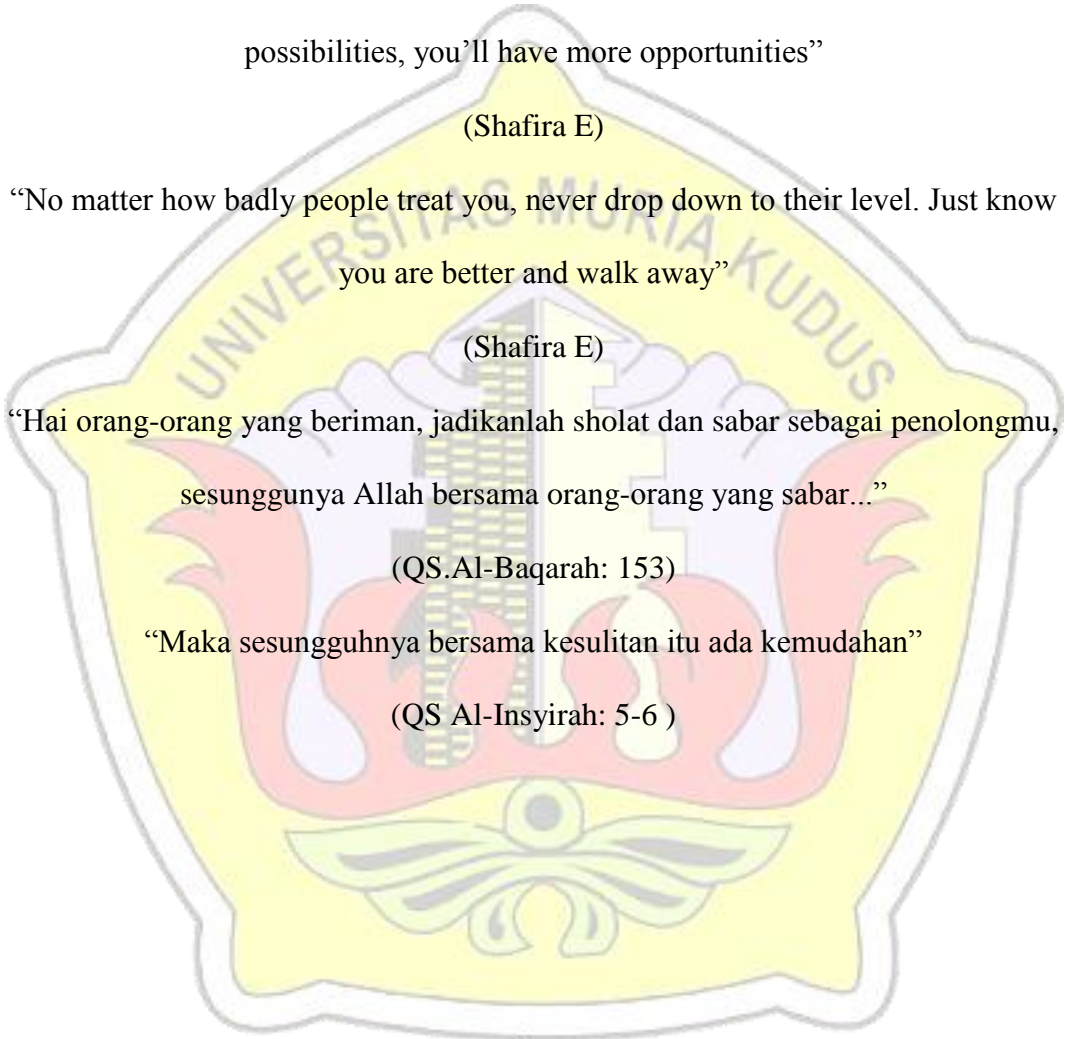
(Shafira E)

“Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sholat dan sabar sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar...”

(QS. Al-Baqarah: 153)

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”

(QS Al-Insyirah: 5-6)



## **PRAKATA**

Segala puji bagi Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, kasih sayang serta karuniaNya dan memberikan kesempatan bagi penulis untuk mengalami proses belajar yang tak pernah berhenti. Berkat Ridho-Nya penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbedaan Empati dan Regulasi Emosi dalam Perilaku Bullying antara Mahasiswa Laki-laki dan Perempuan yang Mengikuti UKM” untuk memenuhi syarat memperoleh derajat Sarjana Psikologi.

Proses pengerjaan skripsi ini cukup panjang dan terkadang ditemui kesulitan-kesulitan yang membuat terasa berat dan membosankan. Akan tetapi ada banyak pihak yang berperan besar yang tidak lepas dari bantuan, dorongan, bimbingan dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Dosen Pembimbing yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
2. Ibu Latifah Nur Ahyani, S.Psi, M.A selaku dosen pembimbing yang telah membimbing dengan penuh kesabaran dan ikhlas meluangkan waktu untuk memberikan dorongan, masukan, dan saran yang bermanfaat dalam penelitian skripsi ini.
3. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ilmu, tauladan, dan motivasi kepada penulis selama menimba ilmu di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.

4. Bapak Trubus Raharjo, S.Psi, M.Psi yang telah membantu dalam menjelaskan hasil pengolahan data penelitian skripsi ini
5. Bapak Muji Syukur, S.Psi yang membantu dalam pengolahan data SPSS.
6. Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
7. Bapak Edi Sahlan dan Ibu Lies Pusporini selaku orang tua yang telah memberikan doa, kasih sayang, dana pembuatan skripsi, arahan serta motivasi
8. Kakakku Diah Ayu Kartikasari yang selalu member dukungan serta mendengarkan keluh kesah
9. Alm kakakku Sary Riza Lestari yang selalu support segalanya, serta yang selalu member motivasi.
10. Muhammad Ubaidillah Affan Albana yang selalu menemani saat membuat skripsi
11. Teman-teman Fakultas Psikologi angkatan 2013 (Mas Eko, Khilya, Eka, Yiyi, Unsa, Amnan, Mas Bro) yang berjuang dan membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian
12. Teman teman “ para pasien” (fatih, ilma, yaya, ziah, renny, eko, agung, ema, dan ifur)
13. Teman teman KPT Insight angkatan IV tahun 2014-2015
14. Teman-teman yang sama sama berjuang mengejar S.Psi
15. Teman-teman angkatan 2013



16. Aprian Pradita S yang bantu untuk penyebaran skala dan mengumpulkan anak anak UKM

17. Seluruh rekan rekan anggota Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Muria Kudus khususnya UKM Menwa, Racana, Mapala dan Sekam yang telah membantu dan meluangkan waktu untuk mengisi skala penelitian ini. Serta semua pihak yang tidak bias penulis sebutkan satu persatu, yang pernah terlibat terimakasih atas pengalaman dan dukungan selama ini.

Atas bantuan yang telah diberikan, penulis ucapkan terimakasih. Semoga Allah SWT membalas jasa dan amal baik bapak, ibu, saudara, dan sahabat. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, kritik dan saran yang membangun senantiasa diharapkan untuk kesempurnaan dikemudian hari, serta semoga pembaca dapat memanfaatkan karya sederhana ini. Amin

Demikian ucapan terima kasih penulis, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi segenap civitas akademik, khususnya Fakultas Psikologi.

Kudus, Agustus 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
PERSEMBAHAN.....	iv
MOTTO .....	v
PRAKATA.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
ABSTRAKSI .....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan Penelitian.....	11
C. Manfaat Penelitian.....	11
BAB II LANDASAN TEORI.....	13
A. Empati .....	13
1. Pengertian Empati .....	13
2. Aspek-aspek Empati.....	14
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Empati.....	15
4. Perbedaan Empati Laki-laki dan Perempuan.....	18
B. Regulasi Emosi.....	20
1. Pengertian Regulasi Emosi .....	20
2. Aspek-aspek dalam Regulasi Emosi .....	21
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi .....	23
4. Perbedaan Regulasi Emosi Laki-laki dan Perempuan .....	26
C. Bullying.....	27
D. Perbedaan Empati dan Regulasi Emosi dalam Perilaku.....	

Bullying antara Mahasiswa Laki-laki dan Perempuan Yang Mengikuti UKM .....	29
E. Hipotesis .....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>33</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	33
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	33
1. Empati .....	33
2. Regulasi Emosi .....	33
C. Subjek Penelitian.....	33
1. Populasi.....	34
2. Teknik Pengambilan Sample.....	34
D. Metode Pengumpulan Data .....	35
1. Skala Empati .....	35
2. Skala Regulasi Emosi.....	36
E. Validitas dan Reliabilitas .....	37
1. Validitas .....	37
2. Reliabilitas .....	38
F. Metode Analisis Data .....	38
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>39</b>
A. Orientasi Kanchah Penelitian .....	39
B. Perisapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	40
1. Perisapan Alat Pengumpulan Data.....	40
2. Perijinan Penelitian .....	41
3. Pelaksanaan Penelitian .....	41
C. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas .....	42
1. Perhitungan Validitas .....	42
2. Perhitungan Reliabilitas .....	44
D. Analisa Data.....	45
1. Uji Normalitas Sebaran .....	45
2. Uji Homogenitas .....	46
3. Uji Hipotesis .....	46

E. Pembahasan.....	48
BAB V PENUTUP.....	55
A. Simpulan.....	55
B. Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA	



## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Blue Print Skala Empati .....	36
Tabel 2	Blue Print Skala Regulasi Emosi.....	37
Tabel 3	Sebaran Item Skala Empati.....	40
Table 4	Sebaran Item Skala Regulasi Emosi.....	41
Table 5	Sebaran Item Skala Empati yang Valid dan Gugur.....	43
Table 6	Sebaran Item Skala Regulasi Emosi yang Valid dan Gugur .....	44
Table 7	Hasil Uji Normalitas Sebaran.....	45
Table 8	Uji Homogenitas Empati Laki-laki dan Perempuan.....	46
Table 9	Uji Homogenitas Regulasi Emosi Laki-laki dan Perempuan .....	46
Table 10	Uji Hipotesis Anova Empati dan Regulasi Emosi Laki-laki dan Perempuan .....	47
Table 11	Uji Hipotesis Anova Empati Laki-laki dan Perempuan .....	47
Table 12	Uji Hipotesis Anova Regulasi Emosi Laki-laki dan Perempuan.....	48

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	A-1	Data Kasar Empati
Lampiran 2	A-2	Data Kasar Regulasi Emosi
Lampiran 3	B-1	Seleksi Item Empati
Lampiran 4	B-2	Seleksi Item Regulasi Emosi
Lampiran 5	C-1	Data Fix Empati
Lampiran 6	C-2	Data Fix Regulasi Emosi
Lampiran 7	D-1	Data Analisis Perbedaan
Lampiran 8	D-2	Uji Normalitas
Lampiran 9	D-3	Uji Homogenitas
Lampiran 10	E	Uji T (test)
Lampiran 11	F	Skala Penelitian
Lampiran 12	G	Surat Ijin Peneliti

## ABSTRAKSI

### PERBEDAAN EMPATI DAN REGULASI EMOSI DALAM PERILAKU BULLYING ANTARA MAHASISWA LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN YANG MENGIKUTI UKM

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik perbedaan empati dan regulasi emosi dalam perilaku bullying antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang mengikuti UKM. Subjek dalam penelitian dalam penelitian ini adalah mahasiswa laki-laki dan perempuan yang mengikuti UKM menwa, mapala, sekam, dan racana dengan melibatkan 80 mahasiswa. Dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dan alat yang digunakan untuk memperoleh data adalah skala empati dan skala regulasi emosi. Hasil analisis data dengan program *SPSS 15,0 for Windows* diperoleh koefisien uji t-(test) pada empati dan regulasi emosi laki-laki dengan nilai mean sebesar 124,28 perempuan sebesar 113,65 dan diketahui nilai koefisien korelasi regulasi emosi dan empati pada laki-laki dan perempuan dengan koefisien sebesar 0,060 ( $p > 0,05$ ) yang menunjukkan tidak ada perbedaan empati dan regulasi emosi dalam perilaku *bullying* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang mengikuti UKM. Hasil analisis perbedaan empati laki laki dan perempuan diketahui t laki-laki sebesar 45,345 dan t perempuan sebesar 46,816 dengan nilai dengan nilai p sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ) hal ini menunjukkan terdapat perbedaan empati terhadap perilaku *bullying* yang significant antara laki-laki dan perempuan, perempuan memiliki kemampuan dalam berempati lebih besar dibandingkan dengan laki-laki. Hasil analisis regulasi emosi laki-laki dan perempuan diketahui nilai t laki-laki sebesar 56,188 dan nilai t perempuan sebesar 44,159 dengan nilai p sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ) hal ini menunjukkan terdapat perbedaan regulasi emosi terhadap perilaku *bullying* yang significant antara laki-laki dan perempuan yang mengikuti UKM.

**Kata Kunci :** Empati, Regulasi Emosi, *Bullying*, Perempuan dan laki-laki

**ABSTRACT**  
**DIFFERENCES OF EMPATHY AND EMOTIONAL REGULATION IN  
BULLYING BEHAVIOR BETWEEN MALE AND WOMEN COLLEGE  
STUDENT FOLLOWING UKM**

*This study aims to empirically examine the differences in empathy and emotional regulation in bullying behavior among male and female college students following UKM. Subjects in the study in this study were male and female students who participated in UKM Menwa, Mapala, Sekam, and Racana involving 80 students. In this study using purposive sampling techniques and tools used to obtain data is the scale of empathy and the scale of emotional regulation. The result of data analysis with SPSS 15.0 for Windows program obtained the test coefficient of t- (test) on empathy and regulation of male emotion with mean value 124,28 female equal to 113,65 and known coefficient correlation value of emotional regulation and empathy in man Male and female with a coefficient of 0.060 ( $p > 0.05$ ) indicating no difference in empathy and emotional regulation in bullying behavior between male and female students following UKM. The result of the analysis of difference of male and female empathy is known t men equal to 45,345 and t female equal to 46,816 with value with p value 0.000 ( $p < 0,01$ ) this indicate there is difference of empathy to bullying behavior significant between men and Women, women have the ability to empathize more than men. The result of the analysis of male and female emotional regulation was found t men value of 56,188 and female t value equal to 44,159 with p value 0.000 ( $p < 0,01$ ) this shows there is difference of emotion regulation to bullying behavior that significant between men Men and women who follow UKM.*

**Keywords:** *Empathy, Emotional Regulation, Bullying, Women and men*