

**HUBUNGAN TIPE KEPERIBADIAN *HARDINESS* DENGAN KEMAMPUAN
REGULASI EMOSI MAHASISWA TAHUN PERTAMA DI MA'HAD
IAIN KEDIRI**

SKRIPSI

Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)



Oleh:

DILA ROISATUL ABIDAH

9.334.280.18

**PRODI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN TIPE KEPRIBADIAN *HARDINESS* DENGAN KEMAMPUAN
REGULASI EMOSI MAHASISWA TAHUN PERTAMA
DI MA'HAD IAIN KEDIRI**

DILA ROISATUL ABIDAH

9.334.280.18

Disetujui oleh:

Pembimbing I



Dr. Hj. Robingatun, M.Pd.I

NIP. 196904081998032002

Pembimbing II



Shofi Mirwani, M.Psi, Psikolog

NIDN. 2009108602

NOTA DINAS

Kediri, 31 Maret 2023

Nomor :
Lampiran :
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : DILA ROISATUL ABIDAH
NIM : 933428018
Judul : HUBUNGAN TIPE KEPERIBADIAN *HARDINESS* DENGAN
KEMAMPUAN REGULASI EMOSI MAHASISWA TAHUN
PERTAMA DI MA'HAD IAIN KEDIRI

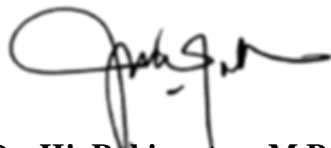
Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1).

Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam sidang munaqosah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Dr. Hj. Robingatun, M.Pd.I

NIP. 196904081998032002

Pembimbing II



Shofi Mirwani, M.Psi, Psikolog

NIDN. 2009108602

NOTA PEMBIMBING

Kediri, 7 Juli 2023

Nomor :
Lampiran :
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

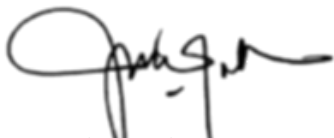
Nama : DILA ROISATUL ABIDAH
NIM : 933428018
Judul : HUBUNGAN TIPE KEPERIBADIAN *HARDINESS* DENGAN
KEMAMPUAN REGULASI EMOSI MAHASISWA TAHUN
PERTAMA DI MA'HAD IAIN KEDIRI

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, dengan beberapa petunjuk dan tuntunan yang telah diberikan dalam sidang munaqosah yang dilaksanakan pada tanggal 22 Juni 2023, saya dapat menerima dan menyetujui hasil perbaikannya.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Dr. Hj. Robingatun, M.Pd.I

NIP. 196904081998032002

Pembimbing II



Shofi Mirwani, M.Psi, Psikolog

NIDN. 2009108602

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN TIPE KEPRIBADIAN *HARDINESS* DENGAN KEMAMPUAN
REGULASI EMOSI MAHASISWA TAHUN PERTAMA
DI MA'HAD IAIN KEDIRI**

DILA ROISATUL ABIDAH

9.334.280.18

Telah diujikan di depan Sidang Munaqosah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Pada Tanggal 22 Juni 2023

Tim Penguji,

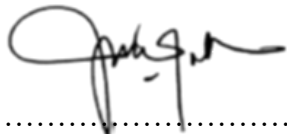
1. Penguji Utama

Dr. Imron Muzakki, M.Psi, Psikolog
NIP. 197111032000031003


(.....)

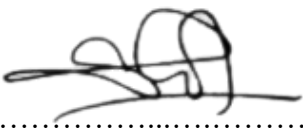
2. Penguji I

Dr. Hj. Robingatun, M.Pd.I
NIP. 196904081998032002


(.....)

3. Penguji II

Shofi Mirwani, M.Psi, Psikolog
NIDN. 2009108602


(.....)

Kediri, 7 Juli 2023
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Dr. A. Halil Thahir, M.HI

NIP. 19711121 200501 1 006

MOTTO

Orang tidak menilai apa yang kita mulai, tapi orang selalu menilai apa yang kita selesaikan.

(Tedy Setiawan)

“Allah tidak akan membebani seseorang, melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(Q.S Al-Baqarah: 286)

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Mahasiswa yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dila Roisatul Abidah
NIM : 933428018
Tempat/Tanggal Lahir: Kediri, 2 Juni 1999
Prodi : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah
Alamat : Dsn. Wonorejo Ds. Semanding Kec. Pagu Kab. Kediri
Rt/Rw: 02/01
E- mail : dilaroisatulabidah@gmail.com

Menyatakan, bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendaapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali disertai daftar rujukan.

Apabila ternyata di dalam skripsi ini dibuktikan terdapat unsur-unsur jiplakan, maka saya bersedia bertanggung-jawab dan menerima resiko yang dibebankan.

Kediri, 23 Juni 2023

Mahasiswa,



DILA ROISATUL ABIDAH

NIM: 933428018

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur tak terhingga kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan karunia serta kemurahanNya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Shalawat dan salam tetap tercurahkan kepada baginda agung Nabi Muhammad SAW. Oleh karena itu dengan rasa penuh bahagia dan syukur saya persembahkan karya ilmiah ini kepada:

1. Bapak dan Ibuk saya, tercinta yang dengan segala keterbatasan, segala lelah dan payah membesarkan saya dengan sangat luar biasa. Segala kebaikan dalam hidup saya tentu dari do'a-do'a baik yang senantiasa dilantunkan oleh Bapak dan Ibuk. Terimakasih telah mengupayakan pendidikan yang baik bagi saya.
2. Kedua dosen pembimbing saya, Ibu Dr. Hj. Robingatun, M.Pd.I dan Ibu Shofi Mirwani, M.Psi.Psikolog yang telah memberikan bimbingan dan arahan serta pengalaman luar biasa. Terimakasih telah mengantarkan saya lulus sarjana.
3. Seluruh pendidik, dimanapun saya pernah mendapatkan ilmu. Terutama kepada segenap Masyayikh Ploso, Pak Narto, Pak Hamdani, Pak Baihaqi, Pak Mif, Umik, Abuya, Ustadz Sholih, Ust Umar, Ustadzah Intan dan Ustadzah Sida. Serta seluruh guru-guru saya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu. Terimakasih telah membekali saya ilmu serta pengalaman yang mendewasakan.
4. Seluruh responden yang telah ikhlas membantu saya dalam melakukan penelitian, semoga Allah memberikan kemudahan dalam segala urusan serta diberikan ilmu yang manfaat.
5. Seluruh pengelola dan teman-teman Ma'had Darul Hikmah terutama rekan-rekan musyrifah Risa Hurul Aini, Rizqiya Nidaussa'idah, Nurul Lailatul Komariyah, Adnia

Lailatul Fitria, Siti Bahrotul Ilmiah, Tini Anggraeni, Siti Mutamimmatur Rofiqoh.

Terimakasih sudah menjadi *support system* terbaik.

6. Bapak Nur Aziz Afandi, S.Psi, M.Si dan Ibu Novi Wahyu Winastuti, M.Psi.Psikolog yang telah sangat baik hati bersedia membantu dan mengarahkan dalam proses validasi instrumen penelitian saya.
7. Ibu Khadijah Makarim dengan bantuan video penjelasan melalui akun Youtubanya, saya sangat terbantu sekali dengan konten-konten Ibu. Serta seluruh akun-akun sosial media yang telah memberikan saya *insight*, tutorial dan lain-lain, semoga tetap konsisten menyebarkan manfaat dan kebaikan.

ABSTRAK

DILA ROISATUL ABIDAH, Dosen Pembimbing (1) Dr. Hj. Robingatun, M.Pd.I dan (2) Shofi Mirwani, M.Psi, Psikolog. *Hubungan Tipe Kepribadian Hardiness dengan Kemampuan Regulasi Emosi Mahasiswa Tahun Pertama di Ma'had IAIN Kediri*. Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Kediri. 2023.

Kata Kunci: Kepribadian *Hardiness*, Regulasi Emosi, Mahasiswa

Mahasiswa tahun pertama memiliki tantangan tersendiri dalam menjalani kehidupannya. Banyak tekanan yang dialami baik tekanan akademis, sosial, maupun psikologis. Dengan adanya beberapa tuntutan mahasiswa diharuskan mampu mengelola emosinya agar terhindar dari hal yang tidak diinginkan. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) Mengetahui tingkat kemampuan regulasi emosi mahasiswa tahun pertama di Ma'had IAIN Kediri (2) Mengetahui tingkat kepribadian *hardiness* mahasiswa tahun pertama di Ma'had IAIN Kediri (3) Mengetahui hubungan tipe kepribadian *hardiness* dengan kemampuan regulasi emosi mahasiswa tahun pertama di Ma'had IAIN Kediri.

Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif korelasional dengan populasi berjumlah 44 mahasiswa dan jumlah sampel sebanyak 44 mahasiswa. Pengambilan sampel ditentukan dengan teknik *probability sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji regresi linier sederhana dengan menggunakan bantuan SPSS *versi 23*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Tingkat kemampuan regulasi emosi mahasiswa tahun pertama di Ma'had IAIN Kediri sebesar 43% yang menunjukkan bahwa tingkat regulasi emosi mahasiswa masuk dalam kategori “sedang”. (2) Tingkat kepribadian *hardiness* mahasiswa tahun pertama di Ma'had IAIN Kediri sebesar 45% yang menunjukkan bahwa tingkat regulasi emosi mahasiswa masuk dalam kategori “sedang”. (3) Berdasarkan hasil korelasi pearson product moment diperoleh nilai korelasi sebesar 0,723 dan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dengan rentang keeratan masuk dalam kategori kuat yakni 0,60-0,799 yang artinya terdapat korelasi positif dan signifikan antara variabel kepribadian *hardiness* (X) dengan regulasi emosi (Y) serta memiliki tingkat keeratan yang kuat.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji tetap terhaturkan kehadiran Allah SWT yang dengan segala keagungan sifatnya memberikan izin bagi saya penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Tipe Kepribadian *Hardiness* dengan Kemampuan Regulasi Emosi Mahasiswa Tahun Pertama di Ma’had IAIN Kediri” ini dengan baik.

Sholawat serta salam semoga tetap dapat kita sampaikan kepada Nabi Muhammad SAW yang merupakan suri tauladan bagi umatNya. Semoga kita termasuk kedalam umatNya sehingga dapat mempetoleh syafa’atnya di Yaumul Akhir.

Adanya karya ini tidak lepas dari kontribusi beberapa pihak yang sudah terlibat didalamnya. Untuk itu, dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan rasa terimakasih sebanyak-banyaknya. Beberapa diantaranya adalah:

1. Bapak Dr. Wahidul Anam, M.Ag, selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
2. Bapak Dr. A. Halil Thahir, M. HI selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
3. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta, M. Si selaku Kaprodi Psikologi Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
4. Ibu Dr. Hj. Robingatun, M. Pd.I dan Ibu Shofi Mirwani, M. Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing yang senantiasa memberikan bimbingan dan arahnya dalam menyelesaikan skripsi ini
5. Bapak Ahmad Sholihuddin, M. Pd selaku Kepala UPT Ma’had IAIN Kediri beserta seluruh Pengelola
6. Orangtua, keluarga besar, sahabat atas dukungan dan doa-doa yang telah disempatkan

7. Teman-teman keluarga besar Ma'had IAIN Kediri sekaligus responden dalam penelitian ini
8. Dan pihak-pihak lain yang terlibat dan tidak dapat disebutkan satu-persatu

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa masih jauh dari kata sempurna. Namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis maupun pembaca. *Akhirul kalam*, penulis mengucapkan syukur atas nikmat yang Allah SWT berikan, semoga Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang bersangkutan dalam penyelesaian skripsi ini. Amin.

Kediri, 31 Maret 2023
Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
NOTA DINAS	iii
NOTA PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
Latar Belakang	1
Rumusan Masalah	7
Tujuan Penelitian.....	8
Manfaat Penelitian.....	8
Hipotesis Penelitian.....	9
Penegasan istilah	9
Telaah Pustaka.....	10
BAB II LANDASAN TEORI	15

Kepribadian <i>Hardiness</i>	15
Kemampuan Regulasi Emosi	19
Kerangka Berpikir	23
BAB III METODE PENELITIAN	26
Rencana Penelitian	26
Populasi dan Sampel	27
Pengumpulan Data	28
Instrumen Penelitian.....	31
Analisis Data	32
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	37
Gambaran Umum Subjek Penelitian	37
Tabulasi Data.....	37
Deskripsi Data	38
Analisis Data (Pengujian Hipotesis)	43
BAB V PEMBAHASAN	51
Tingkat Kemampuan Regulasi Emosi Mahasiswa tahun pertama di Ma’had IAIN Kediri. 51	
Tingkat Kepribadian <i>Hardiness</i> Mahasiswa tahun pertama di Ma’had IAIN Kediri.....	53
Hubungan Tipe Kepribadian <i>Hardiness</i> dengan Kemampuan Regulasi Emosi Mahasiswa tahun pertama di Ma’had IAIN Kediri	55
BAB VI PENUTUP	57
Kesimpulan.....	57
Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	59

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue Print</i> skala Kepribadian <i>Hardiness</i>	29
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> skala Kemampuan Regulasi Emosi	31
Tabel 3.3 Skoring Aitem	32
Tabel 3.4 Tingkat Hubungan Koefisien	36
Tabel 4.1 Data Skor Responden	37
Table 4.2 Hasil Uji Validitas Kepribadian <i>Hardiness</i>	39
Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas Kepribadian <i>Hardiness</i>	41
Tabel 4.4 Uji Validitas Regulasi Emosi	41
Tabel 4.5 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Regulasi Emosi	43
Table 4.6 Deskripsi Statistik Variabel X dan Y.....	43
Table 4.7 Pedoman Kategorisasi Data	44
Table 4.8 Kategorisasi Data Variabel Kepribadian <i>Hardiness</i>	45
Table 4.9 Kategorisasi Data Variabel Regulasi Emosi	46
Tabel 4.10 Uji Normalitas	47
Tabel 4.11 Uji Linieritas ANOVA Table	47
Tabel 4.12 Pedoman Interpretasi Koefisien Hubungan	49
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	25
Gambar 4.1 Diagram Kategori Variabel Kepribadian <i>Hardiness</i>	45
Gambar 4.2 Diagram Kategori Variabel Regulasi Emosi	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Instrumen Penelitian Variabel 1 Sebelum Validasi	I
Lampiran 1.2 Instrumen Penelitian Variabel 1 Sesudah Validasi	IV
Lampiran 1.3 Instrumen Penelitian Variabel 2 Sebelum Validasi	VII
Lampiran 1.4 Instrumen Penelitian Variabel 2 Sesudah Validasi	IX
Lampiran 1.5 Reliabilitas dan Validitas Variabel 1	XI
Lampiran 1.6 Reliabilitas dan Validitas Variabel 2	XIII
Lampiran 1.7 Hasil Penelitian Variabel 1 (<i>Hardiness</i>)	XIV
Lampiran 1.8 Hasil Penelitian Variabel 2 (Regulasi Emosi)	XVI
Lampiran 1.9 Bukti Validasi Instrumen Variabel 1	XVIII
Lampiran 1. 10 Bukti Validasi Instrumen Variabel 2	XIX
Lampiran 1. 11 Surat Izin Penelitian dari IAIN Kediri	XX
Lampiran 1. 12 Surat Balasan Izin Penelitian dari Ma'had IAIN Kediri	XXI
Lampiran 1. 13 Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi	XXII
Lampiran 1. 14 Daftar Riwayat Hidup	XXIII