

**REGULASI DIRI DAN KONFLIK PERAN GANDA
PADA DOSEN WANITA DI KOTA MALANG**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat
Sarjana Psikologi**



Mariana Elin

18090000133

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Mariana Elin
Nim : 18090000133
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Jurusan : S1 Psikologi
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Regulasi Diri dan Konflik Peran Ganda pada Dosen Wanita di Kota Malang

Malang, 28 Juli 2023

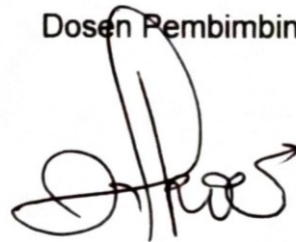
DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Al Thuba Septa P., S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

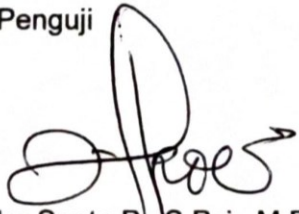
**REGULASI DIRI DAN KONFLIK PERAN GANDA
PADA DOSEN WANITA DI KOTA MALANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:
Mariana Elin
18090000133

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal
28 Juli 2023**

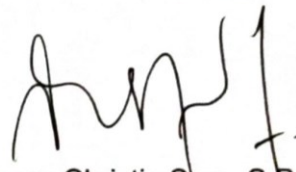
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



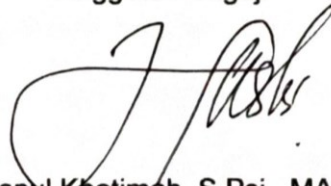
Al Thuba Septa P., S.Psi., M.Psi., Psikolog

Sekretaris Penguji



Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si

Anggota Penguji



Husnul Khotimah, S.Psi., MA

Skripsi ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 Psikologi.

Malang, 28 Juli 2023

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mariana Elin
Nomor Pokok : 18090000133
Program Studi : Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Sosial
Judul Skripsi : Regulasi Diri dan Konflik Peran Ganda Pada Dosen Wanita di Kota Malang
Lokasi Tempat Penelitian : Kota Malang
Alamat Rumah Asal : Conggo, Desa Ruis Kec.Reok
No. Telp/Email : 081334372413 / marianaelinso532@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi yang berjudul “**Regulasi Diri dan Konflik Peran Ganda pada Dosen Wanita di Kota Malang**” merupakan hasil karya asli yang saya ajukan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi dari Universitas Merdeka Malang. Saya belum pernah menggunakan atau membagikan sebagian atau keseluruhan karya ini di institusi pendidikan lain. Selain itu, saya tidak menemukan tulisan atau pandangan lain yang dibuat atau dipublikasikan oleh orang lain, kecuali yang saya rujuk secara jelas dalam teks ini dan mencantumkannya dalam daftar pustaka.

Malang, 28 Juli 2023



Mariana Elin

MOTO

“Tanpa Tuhan, kehidupan tidak memiliki tujuan. Tanpa tujuan, hidup tidak memiliki makna. Tanpa makna, kehidupan tidak memiliki harapan”.

“Ketika kamu menerima apa yang kamu doakan, itu adalah kasih Tuhan. Ketika kamu tidak menerima apa yang kamu doakan, itu adalah perlindungan Tuhan”.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan untuk:

“Saya yang telah berjuang sampai ketitik dimana menangis bukan karena kesedihan melainkan merasakan kebahagiaan, kelegahan dan kepuasan tersendiri. Terimakasih kepada kedua orangtua saya, kakak perempuan saya, kakak laki-laki saya, adik perempuan saya serta keponakan-keponakan semua yang selalu memberikan kasih sayang, doa, perhatian dan motivasi.”

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat rahmat dan pertolongan-Nya yang selalu menyertai penulis dalam menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana psikologi. Kelancaran proses skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ungkapan terima kasih kepada:

1. Terimakasih kepada Tuhan Yesus Kristus dan Bunda Maria yang telah memberikan rahmat dan berkat-Nya, yang saya serahkan sepenuhnya untuk menyelesaikan tugas akhir yaitu skripsi.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari. S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Unmer Malang.
3. Ibu Al Thuba Septa Priyngasari, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog selaku dosen pembimbing 1 yang senantiasa membimbing. Terimakasih banyak ibu untuk kritik dan saran yang membangun sehingga peneliti dapat memberikan yang terbaik dalam mengerjakan skripsi.
4. Ibu Deasy Christia Sera, S.Psi.,M.Si selaku CO pembimbing terimakasih ibu sudah membimbing serta mendorong saya untuk segera menyelesaikan skripsi, terimakasih banyak untuk masukan-masukannya selama proses pengerjaan skripsi.
5. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang telah memberikan masukan dan ilmu yang sangat bermanfaat bagi saya. Terimakasih bapak dan ibu dosen untuk ilmunya yang sangat luar biasa.
6. Terima Kasih kepada keluarga tercinta Bapak Yohanes Ason, Mama Veronika Nis, kakak Atik So, kakak An Pratama, adik Detri Ediarti dan kakak ipar (kakak Albert Amit, kakak Opik Saida) serta keponakan saya

Jois, Mitha, dan Geisha yang selama ini telah membantu saya dalam bentuk perhatian, kasih sayang, semangat serta doa yang diberikan demi kelancaran dan kesuksesan dalam menyelesaikan skripsi ini.

7. Terima kasih kepada sahabat tercinta saya Yasinta Eleonora Kurnianti dan Atanasia Intan Suryani Ega yang selalu memberikan doa, dukungan, perhatian, serta kasih sayang kepada saya selama ini.
8. The Sister's kakak Helmi Indamamu, Elin Witin, Elma terimakasih untuk kebersamaanya dari semester 1 sampai saat ini. Pokoknya tidak bisa didefinisikan mengenai persahabatan kita kalian luar biasa.
9. Terimakasih juga untuk sahabat-sahabat tercinta saya Beatrix Ading, Lin Derosari, Rhi Sutriasti, Ochin Abung, Anggi Anggriani, Resti Estiani yang juga memberikan doa, dukungan, kasih sayang serta perhatiannya selama ini dan selama saya mengerjakan skripsi.
10. Teman-teman psikologi yang telah memberikan kenangan dan warna di masa perkuliahan.
11. Teman-teman lainnya yang tidak bisa saya sebutkan namanya satu persatu. Terimakasih banyak sudah menjadi bagian dari cerita ini.

Malang, 28 Juli 2023

Mariana Elin

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan hikmat dan kemampuan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini yang berjudul “Regulasi Diri dan Konflik Peran Ganda pada Dosen Wanita di Kota Malang”. Pada penelitian ini, penulis tidak serta mendapat kemudahan, tetapi semuanya dapat dilalui atas berkat anugerah dan kasih setia-Nya yang begitu besar guna menyelesaikan jenjang pendidikan strata satu (S1) di Program Studi Psikologi Universitas Merdeka Malang.

Pada penulisan ini tidak semata-mata hasil kerja penulis sendiri, melainkan juga berkat bimbingan dan dorongan dari pihak-pihak yang telah membantu, baik secara materi maupun non-materi. Penulis tidak serta mendapatkan kemudahan, adanya berbagai rintangan dan hambatan dalam menyelesaikan skripsi ini, tetapi semuanya dapat terselesaikan dengan baik karena tidak terlepas dari dorongan, bimbingan, dukungan, dan semangat dari banyak pihak. Penulis mendapatkan pelajaran yang sangat berharga dalam penyusunan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, hal itu disadari karena adanya keterbatasan pemahaman, kemampuan, dan pengetahuan yang dimiliki oleh penulis. Harapan penulis, semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis dan berbagai pihak lainnya.

Malang, 28 Juli 2023

Mariana Elin

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI	iv
MOTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENGANTAR	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Permasalahan.....	7
C. Tujuan dan Manfaat	8
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. Konflik Peran Ganda	11
1. Pengertian Konflik Peran Ganda	11
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konflik Peran Ganda.....	13
3. Aspek Konflik Peran Ganda.....	13
E. Regulasi Diri.....	15
1. Pengertian Regulasi Diri	15
2. Aspek Regulasi Diri	17
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri	18
F. Korelasi Antara Regulasi Diri dengan Konflik Peran Ganda.....	20
G. Kerangka Pemikiran Penelitian	21
H. Hipotesis Penelitian.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Identifikasi dan Definisi Operasional Variabel	23
1. Identifikasi Variabel	23

2. Definisi Operasional Variabel	23
B. Subjek Penelitian	25
1. Populasi.....	25
2. Sampel	25
3. Teknik Pengambilan Sampel	26
C. Cara Pengumpulan Data.....	26
1. Skala Konflik Peran Ganda.....	27
2. Skala Regulasi Diri	28
3. Validitas dan Reliabilitas.....	29
D. Desain Penelitian	30
E. Analisis Data	31
1. Uji Normalitas	31
2. Uji Linieritas	31
3. Uji Hipotesis	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
A. Deskripsi Subjek Penelitian	33
B. Deskripsi dan Reliabilitas Data.....	33
1. Deskripsi Data	33
2. Validitas Skala	38
3. Reliabilitas Skala	40
C. Hasil.....	41
1. Hasil Uji Normalitas	41
2. Hasil Uji Linearitas.....	41
3. Hasil Uji Hipotesis.....	42
D. Pembahasan	43
BAB V PENUTUP	47
A. Kesimpulan	47
B. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	51

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skoring Skala Konflik Peran Ganda.....	28
Tabel 2. Blue Print Konflik Peran Ganda	28
Tabel 3. Skoring Skala Regulasi Diri	29
Tabel 4. Blue Print Regulasi Diri.....	29
Tabel 5. Deskripsi Responden	33
Tabel 6. Hasil Analisis Deskriptif Statistik.....	34
Tabel 7. Rumus Skor Standar	34
Tabel 8. Kategorisasi Data Konflik Peran Ganda	35
Tabel 9. Kategorisasi Data Regulasi Diri	36
Tabel 10. Kategorisasi Berdasarkan Deskripsi Responden Untuk Regulasi Diri dan Konflik Peran Ganda	36
Tabel 11. Sebaran Aitem Sahih Sebelum Uji Coba Skala Konflik Peran Ganda	37
Tabel 12. Sebaran Aitem Sahih Setelah Uji Coba Skala Konflik Peran Ganda ..	38
Tabel 13. Sebaran Aitem Sahih Sebelum Uji Coba Skala Regulasi Diri	39
Tabel 14. Sebaran Aitem Sahih Sesudah Uji Coba Skala Regulasi Diri	39
Tabel 15. Reliabilitas Skala Regulasi Diri dan Konflik Peran Ganda	40
Tabel 16. Uji Normalitas Skala Regulasi Diri dan Konflik Peran Ganda	40
Tabel 17. Uji Linearitas Skala Regulasi Diri dan Konflik Peran Ganda	41
Tabel 18. Uji Hipotesis Skala Regulasi Diri dan Konflik Peran Ganda.....	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan Kerangka Pemikiran.....	22
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Try Out Regulasi Diri	52
Lampiran 2 Tabulasi Try Out Regulasi Diri	56
Lampiran 3 Skala Try Out Konflik Peran Ganda	58
Lampiran 4 Tabulasi Try Out Konflik Peran Ganda	62
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas Skala Try Out Regulasi Diri Dan Konflik Peran Ganda	64
Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Try Out Regulasi Diri Dan Konflik Peran Ganda	67
Lampiran 7 Skala Penelitian Regulasi Diri	69
Lampiran 8 Tabulasi Penelitian Skala Regulasi Diri	72
Lampiran 9 Skala Penelitian Konflik Peran Ganda	83
Lampiran 10 Tabulasi Penelitian Skala Konflik Peran Ganda	86
Lampiran 11 Reliabilitas Data, Deskripsi Data, Uji Normalitas, Uji Linearitas, Uji Hipotesis	97
Lampiran 12 Data Skala Aiken V	99
Lampiran 13 Surat Keterangan Kemiripan Hasil Turnitin Dan Daftar Riwayat Hidup	102

Regulasi Diri Dan Konflik Peran Ganda Pada Dosen Wanita Di Kota Malang

Mariana Elin

Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang

INTISARI

Konflik peran ganda adalah sebuah bentuk konflik dimana terdapat tekanan dalam pekerjaan dan keluarga saling bertentangan, yaitu menjalankan peran dalam pekerjaan menjadi lebih sulit karena juga menjalankan peran dalam keluarga, sebaliknya menjalankan peran dalam keluarga menjadi lebih sulit karena juga menjalankan peran dalam pekerjaan. Tuntutan bagi wanita yang mengalami peran ganda dan diiringi untuk menyeimbangkan kedua perannya tentu dibutuhkan sebuah kemampuan untuk mengontrol perannya, adapun kemampuan untuk mengontrol peran tersebut adalah memiliki regulasi diri yang baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui “Hubungan antara Regulasi Diri dan Konflik Peran Ganda pada Dosen Wanita di kota Malang”. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen skala regulasi diri dan konflik peran ganda. Teknik pengambilan sampel menggunakan *insidental sampling*. Jumlah subyek dalam penelitian ini adalah 385 subyek. Uji validitas skala menggunakan *Pearson Product Moment* dan reliabilitas diukur dengan menghitung koefisien *alpha cronbach*. Hasil uji hipotesis dilakukan menggunakan analisis korelasi *Pearson Product Moment* memperoleh hasil skor signifikansi 0,000 berarti taraf signifikansi mempunyai nilai $<0,05$. Maka hipotesis diterima dan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara regulasi diri dan konflik peran ganda pada dosen wanita di kota Malang. Semakin tinggi regulasi diri maka semakin rendah konflik peran ganda, begitupun sebaliknya semakin rendah regulasi diri maka konflik peran ganda semakin tinggi.

Kata Kunci : Regulasi Diri, Konflik Peran Ganda, Dosen Wanita

Self Regulation and Dual Role Conflict of Female Lecturers in Malang

Mariana Elin

Faculty of Psychology, University of Merdeka Malang

ABSTRACT

Dual role conflict is a form of conflict where there is conflicting pressure at work and family, namely carrying out roles at work becomes more difficult because they also carry out roles in the family, on the other hand carrying out roles in the family becomes more difficult because they also carry out roles at work. The demands for woman who experience multiple roles and are accompanied to balance the two roles certainly require an ability to control their roles, while the ability to control these roles is to have good self regulation. The purpose of this study was to determine the "Relationship Between Self Regulation And Dual Role Conflict Of Female Lecturers in Malang". The data collection technique uses self regulation scale instrument and dual role conflict. The sampling technique uses incidental sampling. The number of subjects in this study were 385 subjects. Scale validity test uses the Pearson Product Moment and reliability was measured using Cronbach's Alpha coefficient. The result of the hypothesis testing were carried out using Pearson Product Moment correlation analysis to obtain a significance score of 0,000, which means that the significance level has a value of <0,05. Then the hypothesis is accepted and it can be concluded that there is a negative relationship between self regulation and dual role conflict of female in Malang.

Keywords : Self Regulation, Dual Role Conflict, Female Lecturer