

**REGULASI EMOSI NARAPIDANA PADA KASUS PEMBUNUHAN DI
LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS 1 KOTA MALANG**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian Dari Persyaratan Untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Aprilia Ryan Cindy Larasati
21090000058

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Aprilia Ryan Cindy Larasati
NIM : 21090000058
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Regulasi Emosi Narapidana Pada Kasus
Pembunuhan Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I
Kota Malang

Malang, 29 Juli 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si.

Dosen Pembimbing



Eka Indah Nurmawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



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

**Regulasi Emosi Narapidana Pada Kasus Pembunuhan Di Lembaga
Pemasyarakatan Kelas I Kota Malang**

Dipersiapkan dan disusun oleh

Aprilia Ryan Cindy Larasati

21090000058

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 22 Juli 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Eka Indah N., S.Psi., M.Psi., Psikolog

Sekretaris Penguji



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

Anggota Penguji



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

Skripsi ini telah terima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana.

Malang, 29 Juli 2025

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



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

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aprilia Ryan Cindy Larasati
Nomor Pokok : 21090000058
Program Studi : S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Klinis
Judul Skripsi : Regulasi Emosi Narapidana Pada Kasus
Pembunuhan Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas
I Kota Malang
Lokasi Penelitian : Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Lowokwaru Kota
Malang
Alamat Rumah : Jl. Ir Soekarno Jatiguwi Sumberpucung Malang
Asal : Malang
No. Telp/Email : [083112283390](tel:083112283390)/apriariyan12@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya. Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 29 Juli 2025



Aprilia Ryan Cindy Larasati

MOTTO

“Setetes keringat orangtua ku yang keluar, ada seribu langkahku untuk maju”

“Dari keinginan timbul kesedihan, dari keinginan timbul ketakutan, bagi orang yang telah bebas dari keinginan, tiada lagi kesedihan atau ketakutan”

(Dhammapada-XVI. Piyya Vaga)

LEMBAR PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan sebagai tanda bukti sayang dan cinta yang tiada terhingga kepada kedua Orang Tua tercinta, Bapak Suhariyanto dan teristimewa Ibu Turiati yang telah melahirkan, merawat, membimbing, dan melindungi dengan tulus serta penuh keikhlasan, mencurahkan segala kasih sayang dan cintanya, serta yang senantiasa mendoakan, dan memberika semangat dan juga dukungan sepenuh hati.

Karya ini juga saya persembahkan kepada seluruh keluarga yang selalu menjadi penyemangat terbaik, selalu memberikan semangat dan dukungan baik moril maupun material. Tak lupa dipersembahkan kepada diri sendiri, terima kasih telah bertahan sejauh ini, dan tidak pernah berhenti berusaha dan berdoa untuk menyelesaikan skripsi ini.

UCAPAN TERIMAKASIH

Segala puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran Tuhan YME, atas segala berkat dan Karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul: “Regulasi Emosi Narapidana pada Kasus Pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Kota Malang”. Untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar kesarjanaan S-1 program studi Psikologi.

Perjuangan penulis sejak pertama memasuki dunia kampus sampai pada proses penyusunan skripsi banyak menghadapi banyak tantangan. Penulis sadar bahwa semua proses yang dilalui selama ini tidak lepas dari banyak pihak yang memberi dukungan serta motivasi sehingga bisa berada pada tahap ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan ketulusan hati penulis menyampaikan ungkapan terima kasih :

1. Kepada Tuhan YME, Sang Triratna, Para Buddha dan Bodhisattva, yang telah memberikan atas berkah dan anugerah Nya
2. Kepada Ibu Dr. Prihat Assih, SE., M.Si., Ak., CSRS selaku Rektor Universitas Merdeka Malang
3. Kepada ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi.,M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
4. Kepada Ibu Eka Indah Nurmawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan, nasehat, motivasi, dukungan dan kesabaran yang diberikan kepada penulis selama ini serta selalu memotivasi peneliti menjadi lebih baik lagi.
5. Kepada Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang telah memberikan ilmu dengan segenap keikhlasannya, yang

tidak mungkin disebutkan satu persatu atas bantuan akademis dan morilnya

6. Kepada semua petugas, staff, dan narapidana yang telah menjadi subjek penelitian di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Kota Malang. Terima kasih atas bantuan, dukungan, dan kerjasama yang luar biasa selama proses penelitian ini
7. Kepada kedua orang tua tercinta, Ayah Suhariyanto dan Ibu Turiati yang telah membesarkan penulis hingga saat ini. Terima Kasih atas setiap tetes keringat dalam setiap langkah pengorbanan dan kerja keras yang dilakukan untuk memberikan yang terbaik kepada penulis, mengusahakan segala kebutuhan penulis, mendidik, membimbing, dan selalu memberikan kasih sayang yang tulus, motivasi serta dukungan dan mendoakan penulis dalam keadaan apapun agar penulis mampu bertahan untuk melangkah dalam meraih mimpi di masa depan.
8. Kepada Alm. Bapak Surono dan Ibu Suyatani selaku kakek dan nenek penulis, yang telah merawat dari kecil hingga bangku kuliah dan sangat ingin melihat penulis sampai ke jenjang sarjana, beliau tak hentinya mengingatkan penulis untuk selalu rajin dan tekun.
9. Kepada Dhafin Arvinza dan Numa Razeta selaku keponakan tercinta, yang telah menemani dan menghibur penulis dengan segala tingkah lakunya yang menggemaskan. Terima kasih telah menjadi penghibur dan penyemangat penulis ketika merasakan keterpurukan dalam mengerjakan tugas akhir.
10. Kepada Sahabat-sahabat penulis sejak SMA dan kuliah yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu namanya, yang selalu kebersamai dalam

masa kuliah dan banyak membantu, menemani, dan menghibur penulis dalam mengerjakan skripsi dan tak pernah henti saling menyemangati

11. Kepada Aprilia Ryan Cindy Larasati, yaa! Diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya karena sudah bertanggung jawab menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terima kasih telah menjadi teman paling setia bagi diri sendiri, hadir dalam sunyi, dalam lelah, dalam diam yang penuh tanya. Meski harus menghadapi kegagalan, kebingungan, bahkan perasaan ingin menyerah. Terima kasih sudah berjuang menjadi yang baik, serta senantiasa menikmati setiap prosesnya, yang bisa dibilang tidak mudah. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini!

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan YME, karena dengan rahmat dan kasih-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Eka Indah Nurawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis dalam mengerjakan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih kurang dan jauh dari kata sempurna dikarenakan terbatasnya pengetahuan dan pengalaman yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis mengharapkan segala bentuk kritik dan saran dari semua pihak demi perbaikan yang bersifat membangun atas skripsi ini. Akhirnya dengan segala kerendahan hati kami mengucapkan terima kasih dan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kami maupun para pembacanya.

Malang, 29 Juli 2025



Aprilia Ryan Cindy Larasati

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI.....	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Fokus Penelitian	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Regulasi Emosi.....	7
1. Pengertian Regulasi Emosi.....	7
2. Aspek-aspek Regulasi Emosi	8
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Regulasi Emosi.....	9
4. Strategi Regulasi Emosi.....	11
5. Tahapan Regulasi Emosi.....	12
B. Narapidana	14
C. Pembunuhan	15
D. Kerangka Konsep Penelitian.....	16
BAB III METODE PENELITIAN.....	17
A. Pendekatan Penelitian	17
B. Metode Pengumpulan Data	18
C. Responden	18
D. Analisis Data.....	19

E. Keabsahan Data	20
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	21
A. Deskripsi Responden Penelitian	21
B. Deskripsi Hasil Wawancara	22
C. Temuan Penelitian.....	41
BAB V PENUTUP	50
A. Kesimpulan.....	50
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian.....	16
-------------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Interview Guide	57
Lampiran 2 Transkrip Wawancara	61
Lampiran 3 Analisis Data	104
Lampiran 4 Validasi Data	109
Lampiran 5 Dokumentasi	117
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian	124
Lampiran 7 Informed Consent.....	126
Lampiran 8 Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi.....	131
Lampiran 9 Berita Acara Turnitin.....	133
Lampiran 10 Daftar Riwayat Hidup	136

Strategi Regulasi Emosi Narapidana Pembunuhan dalam Menghadapi Tekanan Psikologis di Lapas

Aprilia Ryan Cindy Larasati

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

apriariyan12@gmail.com

INTISARI

Penelitian ini mengeksplorasi Strategi Regulasi Emosi Narapidana Pembunuhan dalam Menghadapi Tekanan Psikologis di Lapas. Narapidana sering menghadapi tekanan emosional, seperti rasa bersalah, penyesalan, dan kecemasan sosial akibat stigma masyarakat. Penelitian bertujuan memahami strategi regulasi emosi yang digunakan narapidana dalam mengatasi tantangan tersebut. Pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus digunakan untuk mengumpulkan data melalui wawancara semi-terstruktur dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa narapidana mengelola emosi negatif melalui refleksi diri, doa, serta dukungan sosial. Strategi ini membantu mereka mengurangi stres dan meningkatkan kesadaran diri terhadap emosi. Faktor eksternal, seperti hubungan dengan petugas lapas dan dukungan keluarga, turut memengaruhi efektivitas regulasi emosi. Temuan ini menyoroti pentingnya regulasi emosi dalam proses rehabilitasi dan reintegrasi sosial narapidana. Studi ini memberikan wawasan baru tentang dinamika emosi narapidana dan menawarkan kontribusi praktis bagi pengelolaan lembaga pemasyarakatan yang lebih manusiawi.

Kata kunci : Regulasi emosi, Narapidana, Pembunuhan

Emotional Regulation Strategies of Murder Convicts in Facing Psychological Pressure in Prison

Aprilia Ryan Cindy Larasati

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

apriariyan12@gmail.com

ABSTRACT

This study explores the emotion regulation strategies of convicted murder inmates in coping with psychological stress in prison. Inmates often face emotional stress, such as guilt, regret, and social anxiety due to societal stigma. The study aims to understand the emotion regulation strategies used by inmates to overcome these challenges. A qualitative approach using a case study method was used to collect data through semi-structured interviews and observations. The results indicate that inmates manage negative emotions through self-reflection, prayer, and social support. These strategies help them reduce stress and increase their emotional self-awareness. External factors, such as relationships with prison officers and family support, also influence the effectiveness of emotion regulation. These findings highlight the importance of emotion regulation in the rehabilitation and social reintegration of inmates. This study provides new insights into the dynamics of inmate emotions and offers practical contributions to more humane correctional management.

Keyword : Emotional regulation, Prisoner, Murder